Selahattin Yaylamaz

ARINMA TERAPİSİ

Bilinçaltı Temizliği

"Ruhun şarkı söylerse,
hayat seni dansa kaldırır."



Hayat

ARINMA TERAPİSİ

Bilinçaltı Temizliği

ISBN: 978-605-151-293-8
Sertifika No: 12451

Hayat Yayınları : 673
Başarı Dizisi : 148
Kitabın Adı : Arınma Terapisi
Yazarı : Selahattin Yaylamaz
Yayın Editörü : Erol Şahnacı
Kapak ve İç Tasarım : Hayat Yayınları
Baskı Yeri & Tarihi : Ankara, 2018
Baskı & Cilt : Ertem Basım
Başkent Organize Sanayi Bölgesi 22. Cadde No: 8
Malıköy - Temelli / Ankara
Tel: (0312) 284 18 14
Sertifika No: 16031

Hayat Yayın Grubu

Molla Gürani Mahallesi Oğuzhan Caddesi No: 15 Kat: 3
Fındıkzade - Fatih / İstanbul
Tel: 0212 613 11 00 Gsm: 0530 290 99 78 Faks: 0212 613 11 55
www.hayatyayinlari.com - e-posta: hayat@hayatyayinlari.com
twitter.com/hayatyayinlari - facebook.com/hayatyayinlari.com

ARINMA TERAPİSİ

Bilinçaltı Temizliği

"Ruhun şarkı söylerse hayat seni dansa kaldırır"

Selahattin YAYLAMAZ
Aile ve Bilinçaltı Terapisti



Selahattin YAYLAMAZ

Yayımlanmış Eserleri

1- Okuma Zekâsı (RIQ)	*Hayat Yayınları*
2- Aile Terapisi	*Hayat Yayınları*
3- Eş Frekans Yasası	*Hayat Yayınları*
4- Metalik Kadınlar Kadife Erkekler	*Hayat Yayınları*
5- Kadın Mutluysa Herkes Mutludur	*Hayat Yayınları*
6- Çocuklar Parka Anneler Okula	*Hayat Yayınları*
7- Arınma Terapisi	*Hayat Yayınları*

İletişim

Tel	*: (0530) 116 56 24*
Web	*: yaylamaz.com*
Twitter	*: twitter.com/yaylamaz*
lnstagram	*: instagram.com/selahattinyaylamaz*
Facebook	*: facebook.com/selahattinyaylamaz*
Mail	*: asistaniletisim@gmail.com*

İÇİNDEKİLER

2. BÖLÜM
ENERJİ, SEVGİ VE HİS YASASI

1. KISIM

2. KISIM

3. KISIM

3. BÖLÜM
KONUMLANDIRMA YASASI

4. BÖLÜM
ÖZDEĞER YASASI

5. BÖLÜM
TERCİH YASASI

İthaf

Tüm insanlığa şifa olsun..

Dikkat!

Ülkemizde yoğun bir mutsuzluk salgını var ve hızla yayılmaktadır. Lütfen kendinizi ve sevdiklerinizi bu salgından koruyunuz.

Bu kitabı okumadan önce lütfen dalış tüpünüzü yanınıza alınız. Çünkü derin bir iç yolculuk başlıyor.

DİKKAT!

Bu Kitap,
Algı ayarlarınızla oynayabilir.

Bu kitap bir totem temizleyicidir.
Bu kitap yeni yaşam aktivasyonudur.
Bu kitap bilinçaltınızın röntgenini çeker.
Bu kitap bilinçaltınızın tercümanıdır.
Bu kitap koruyucu hekimlik içerir.

Bu kitap algı ayarlarınızı değiştirir.
Bu kitap bilinçaltı kodlarınızdaki putları kırabilir.

Bu kitap sizi kutsal bir yolculuğa çıkarıyor.
Bu kitap ile en kutsal yolculuk başlıyor.
Bu kitap ile kendine derin ve keyifli bir yolculuk var.
Bu kitap hayatı yaşama dönüştürür.
Bu kitap ileri düzey farkındalık içerir.
Farkındalık sonrası zihninizden gelecek olan jeton seslerinden sorumlu değiliz ☺

TEŞEKKÜR

Bu kitabın hayat bulmasında beni destekleyen, yüreklendiren, zaman zaman arayıp soran Hayat Yayınları Yönetim Kurulu Başkanı Sayın Hayati Bayrak'a,

Güler yüzü ile her zaman örnek olan, moral veren, güven veren, şeker gibi insan Sevgili Necati Bayrak'a,

Arkadaşım, kardeşim, dostum, iş bitirici, başarılı ve yardımsever insan pek kıymetli Ali İhsan Bayrak'a çok teşekkür ederim.

Tabi ki, baba adam, dost kişi, yakın arkadaş, çok sevdiğim güzel insan, Hayat Yayınları Genel Yayın Yönetmeni Sevgili Erol Şahnacı'ya da çok ama çok teşekkürler.

Ayrıca Hayat Yayınları'nın editöryasında çalışanlar başta olmak üzere, tüm personeline özellikle çok teşekkür ederim.

Bu kitabın her sayfasında emeği bulunan, üzerinde yaklaşık üç yıl birlikte çalıştığımız, gerektiğinde kamp yaparak emek verdiğimiz, her zaman yardımıma koşan, teknik yardımcım, editörüm, asistanım güzel insan Sevgili Erdal Tavaslı'ya teşekkür ederim.

Kitabın son düzlüğündeki katkısından dolayı asistanım sevgili Kevser Hanım'a da çok teşekkür ederim.

Ve bu kitabı meydana getiren arka plandaki birbirinden seçkin özel ruhlara, sevgili danışanlarıma gerçekten tüm içtenliğimle teşekkür ederim. İstanbul'dan, Tüm Türkiye'den ve yurt dışından gelen siz değerli danışanlarım, sizlerle çok samimi çalışmalar yaptık. Kimi zaman yaşadığınız sorunlar karşısında gözyaşlarıma hâkim olama-

dım. Kimi zaman bilimin hazzını alıp içtenlikle coştuk, kahkahalar attık.

Ne hissediyorum biliyor musunuz? "İyi ki böyle bir iş yapıyorum" diyorum sizin sayenizde. Şu garip hayat, sizinle ne kadar büyük anlamlara evriliyor, bilemezsiniz. Sizinle çalışırken her zaman çok keyif aldım. Sizinle hayat, yaşama dönüşüyor. Dünyadan göçüp gittikten sonra ardımızda böyle inanılmaz keyifli, tatlı, şölen gibi bir hayat bırakmış olmak ne kadar da şükredilecek bir durum değil mi? İnanın bu kitabı yazarken sizinle defalarca yeniden sohbet etmiş gibi oldum. Çok teşekkürler. İyi ki varsınız...

Niyet

Bu kitabın;

İhtiyacı olan herkese kolaylıkla ve sevgiyle ulaşmasına niyet ediyorum.

Bunu ve daha iyisini kabul ediyorum.

Yüzleşme İşleri Genel Müdürlüğünce hazırlanan,

Totem Temizleme seansları başlıyor ☺

SUNUŞ

Bu kitabı elinde tutan güzel insan,

Merhaba.

Arınma Terapisi sohbetine hoş geldin.

Haydi gel, şu anlamsız hayatı birlikte anlamlı yaşama dönüştürelim.

Haydi gel, birlikte daha önce hiç tatmadığımız coşku dolu bir yolculuğa çıkalım.

Haydi gel, birlikte yalnızlığımızı paylaşalım.

Haydi gel, birlikte kimsesizliğimize son verelim.

Haydi gel, birlikte el ele, sevgi dolu bir hayatı birlikte deneyimleyelim.

Haydi, mucizelere inan...

Haydi, güven bana…

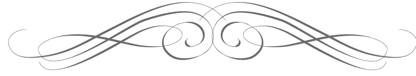
Haydi, tut elimden…

Haydi gel…

Haydi...

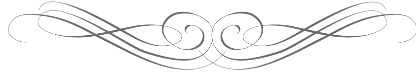
İçten Sevgilerimle...

20 Kasım 2018, Kadıköy, İstanbul



"Ruh iyileşmeden,
Beden iyileşmez.
Ruhunuza bakım yapın."

-Selahattin Yaylamaz-



ÖNSÖZ

Isaac Newton 1660'lı yıllarda Yerçekimi Kanunu'nu bulduğunda aslında Yerçekimi Kanunu zaten vardı fakat henüz onu hiç kimse tanımlayamamıştı. Newton, var olan yerçekimi işlevselliğini Yerçekimi Kanunu şeklinde bir kavramla tanımlamıştı. Zaten de bilim budur. Var olmayan bir şey keşfedilemez, bulunamaz ve tanımlanamaz. Bu kitapta da bol miktarda kavram ve tanımlamalar yer almaktadır. Bazı yerleri okurken, "Aaa, biz bunu zaten biliyorduk ama bu şekilde düşünmek hiç de aklımıza gelmemişti" diyeceksiniz. İşte bilimsel düşünme ya da farklı düşünme burada devreye giriyor.

Zaten son birkaç yüzyılda başta Amerika olmak üzere gelişmiş batı ülkelerinde bilimsel gelişme, bilimsel kavram ve tanımlamalarla yapıldı. İnanın halen daha fizikte, matematikte, psikolojide ve daha nice bilimsel alanda keşfedilmeyi bekleyen milyonlarca bilimsel gerçeklerin olduğuna inanmaktayım.

Kitapta bahsedilen bilinçaltı kavramının bu kitabı okuyan kişilerce genel anlamda bilinen bir kavram olduğunu düşündüğümüzden, bilinçaltı kavramı özellikle ve ayrıca tanım ve tarif edilmemiştir. Konu ile ilgili yazdığımız Aile Terapisi kitabımızı okuyabilirsiniz.

Kitabın Formatı

Bu kitap; psikoloji, parapsikoloji ve kişisel gelişim kavramlarının birlikte dans ederek harmanlanmış pratik yaşam tecrübelerinden ilham almış bir yaşam rehberidir.

Kitapta Adı Geçenler

Kitap içerisinde birçok danışanımın zaman zaman yaşam deneyimlerine yer verdim. Bu deneyimleri anlatırken, özel hayatın gizli-

liği prensibine uyarak danışanlarımın isimleri değiştirilerek yer verilmiştir. Deneyimlerin tamamı gerçektir, isim, şehir ve pozisyonlar kurgudur.

Temel Felsefemiz

Kavrayamadığın bir problemi çözemezsin. Anlayamadığın bir sorunu dönüştüremezsin. Bir dâhiliye uzmanı doktor, midedeki sorunu kavramadan tedaviyi başlatamaz. Otomobil servisindeki bir motor ustası, motordaki arızayı kavramadan tamirat yapamaz. Bizim bu konuda felsefemiz de aynen böyle olduğu gibi, terapi seanslarımızda da, bu kitapta da öncelikle sorunu kavrama, anlama ve anlamlandırma üzerine kuruludur. Zihin açıklığı dilerim.

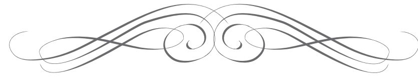
Bir yerde sivrisinek varsa, orada bataklık var demektir. Bir yerde bataklık varsa, orada sivrisinek üremek ve çoğalmak zorundadır. Geleneksel Psikoterapi yöntemlerine göre; sivrisinekler öldürülür, yani sorunlara yüzeysel temas edilir ve danışan kişide geçici bir rahatlama meydana gelir. Geçicidir çünkü bataklık orada olmaya devam etmektedir. Bataklık var olduğu sürece uygulanan yöntemler ile elde edilen sonuçlar asla kalıcı değildir. Danışan kişinin sorunu daha sonradan yeniden nüksetmek zorundadır. Yani, sivrisinekleri öldürmek geçici bir rahatlama sağlasa da, bataklık var olmaya devam ettiği için yeniden benzer sivrisinekler üremek ve türemek zorundadır.

Bu bir metafordur ve şu anlama gelir:

Yaşadığımız sorunların tamamı sivrisinek olarak tanımlanmış, kaynağı ise bilinçaltıdır. Buradaki bataklık bilinçaltı, sorun ise sivrisinektir. Demek istiyoruz ki, sivrisineklerle hiç ilgilenmiyoruz, direkt olarak bataklığı kurutuyoruz. Çünkü sivrisineklerle (sorunun görünen yüzüyle) uğraşmak zaman kaybıdır ve hem danışana hem de uzman kişiye boş yere zahmettir. Biz, sorunun kaynağı olan bilinçaltına yöneldiğimizde hem zamanı çok verimli kullanmış oluyoruz hem de danışanı ve kendimizi gereksiz zahmetten kurtarmış oluyoruz.

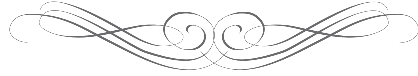
Zira tüm psikolojik, sorunlarımızın kaynağı kesin olarak bilinçaltında yatmaktadır. O halde kaynağı çözdüğümüzde, kaynağı kuruttuğumuzda ya da kaynağı dönüştürdüğümüzde sorun da otomatik olarak kendiliğinden çözülmüş olacaktır. Siz de yaşadığınız onca sorunları çözmek, gerçekten ama gerçekten mutlu olmak istiyorsanız, yeni ve yeniden bir yaşam kurmak istiyorsanız, uyguladığımız "Bilinçaltı Terapi" yöntemi için bu kitabı keyifle okuyabilirsiniz.

Bir danışmana giden danışanın, danışman hocanın verdiği ödevi yapmaması tıpkı bir hastanın doktorun verdiği ilacı içmemesi gibidir. Burada da siz değerli okurlarımızdan bu kitabı içer gibi okumanızı tavsiye ve rica ederim.



Yüzleşmek savaşmaktan zordur.
Bu nedenle hep kendinizle savaştınız.
Şimdi barış zamanı.

-Selahattin Yaylamaz-



GİRİŞ

Bu kitap; keyifli, eğlenceli, neşeli ve tatlı; aynı zamanda sade bir "İç Yolculuk" kitabıdır. İç yolculuğun amacı nedir? Tabi ki kendini tanıma, keşfetme ve mutlu olmaktır. Bu sürece de aslında "Güncelleme" süreci diyebiliriz.

O halde bu kitap bir güncelleme kitabıdır. Zihinsel sürümünüzü güncelleyen bir kitaptır. Zihinsel sürümünüzü güncellemezseniz sürüm sürüm sürünürsünüz. Zihinsel sürümünüzü güncellemezseniz sürüde bir birey olursunuz ve sürüdekileri de sürerler. Yani zihinsel özgürlüğünü elde edemezsen sürünün içinde sürünen ve sürülen, binlerce sürüden biri olursunuz. Özgün olamadığın için de özgür olmazsın, özgür olamadığın için de özgün olmazsın. Özgür olamazsan da mutsuz olursun.

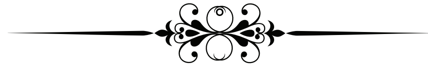
Zihinsel sürümünüzü yükseltirseniz özgür ve özgün olacağınız için yaşam alanınız genişler ve değişir. Sen olursun, kendin olursun, mutlu olursun. Ya yenilenirsin, ya da yenilirsin.

Kendinizi güncellemezseniz kendinize taparsınız. Kendinize taparsanız da kendinizi güncellemezsiniz. Böylelikle evrensel olmazsınız, töreye göre yaşarsınız ve yöreselleşirsiniz. Sonra töresel ve yöresel bir bakış açısı ile yaşam sarpa sarar ve zihinsel level atlayamaz, orada çakılı kalırsınız. Bu durumda arabeske sararsınız, kaybedersiniz, üzülürsünüz, boğulursunuz, mutsuz olursunuz, çıkış yolu bulamazsınız.

Şimdi mutluluğa hazır olun. Eski günlerinizi son kez yaşayın. Son kez mutsuz olun, mutsuzluğunuza doyun, eski sizi son kez aynada uğurlayın. Haydi, artık dış dünyadaki anlamsız yolculuk sona erdi, müjdeler olsun iç yolculuk başlıyor.

Bu yolculuk ilahi bir seferdir, haydi keyifli yolculuklar...

1. BÖLÜM



BİLİNÇALTI YASASI

1. KISIM

En Büyük Buluş Kendini Bulmaktır

Bir gün Nasrettin Hoca her zamanki gibi yatsı namazı için camiye gitmiştir. Namaz dönüşü başını aşağıya eğerek yerde bir şeyler aramaya koyulur. Ardından camiden çıkan diğer kişiler de hocaya yetişirler ve derler ki:

"Hocam hayırdır, ne arıyorsun?"

Hoca da;

"Tespihimi kaybettim onu arıyorum" der.

Onlar da;

"İyi, o zaman biz de arayalım, yardımcı olalım." derler.

Ve birlikte aramaya koyulurlar. Bir müddet geçtikten sonra bir türlü tespihi bulamazlar. Bunun üzerine;

"Hocam, tesbihi bir türlü burada bulamıyoruz. Bakmadığımız yer kalmadı. Gerçekten tespihi burada kaybettiğinden emin misin?" diye sorarlar.

Nasrettin Hoca da;

"Yooo, zaten burada kaybetmedim ki" der.

Bunun üzerine;

"Yahu hocam, madem burada kaybetmedin, o halde neden burada arıyoruz?" diye sorarlar.

Nasrettin Hoca da;

"Çünkü Ay ışığı ile aydınlık olan tek yer burası." der. ☺

İşte bizler de büyük çoğunluğumuz kendimizi hiç aramıyoruz. Çünkü kaybettiğimizin bile farkında değiliz. Kendini arayanlar da hep olmayan yerlerde arıyorlar. Kendini gerçekten bulmak istiyorsan, kendini kendinde aramalısın. Haydi, bu yolculukta birlikte yol alalım.

Çünkü hayat bir kariyer yapmak, makam bulmak değil, kendimizi bulmaktır. Kendini bulamazsan bir hayatın olur ama bir yaşamın olmaz. Kendini bulursan bu hayatı yaşamış olursun. Haydi, birlikte yol alalım. Ve haydi birlikte yoldaş olalım.

EVRENSEL SİSTEM VE YASALAR

İçinde yaşadığımız muazzam bir Evren ve Evrensel Sistem var. Beşeri bir izah ile diyebiliriz ki olağanüstünden de olağanüstü, fevkaladenin de fevkinde, inanılmaz ötesi bir sistem içerisinde yaşıyoruz. Daha da ilginci bizzat her birimiz bu sistemin tam olarak bir parçasıyız ve içerisindeyiz. Yani ben, sen, onlar ve hepimiz; içerisinde yaşadığımız Evrensel Sistemin gerçek anlamda ve teknik olarak kesinlikle bir parçasıyız, sistemin parçası olduğumuz için de aslında sistemle iç içeyiz.

Üzerinde yaşadığımız dünya gezegeni Güneş Sistemi'ndeki gezegenlerden sadece bir tanesi olup, tüm evrene baktığımızda bu dünya gezegeni minik bir nokta kadar dahi görülememektedir.

İçerisinde yaşadığımız Güneş Sistemi on gezegen ve milyarlarca yıldızdan oluşmaktadır. Güneş Sistemi, Samanyolu Galaksisi'nde yer alan birçok sistemlerden sadece bir tanesidir. Bu Samanyolu Galaksisi'nde daha nice başka sistemler de vardır. Samanyolu Galaksisi ise diğer evrendeki 200 milyar galaksilerden sadece bir tanesidir. Yani zihnimizi zorlayan inanılmaz, devasa, muhteşem Evrensel Sistem aslında 200 milyar galaksi ve birçok sistemlerden oluşmaktadır.[1]

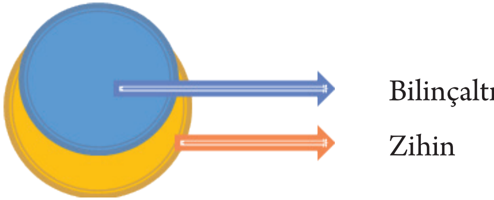
---

1 Evrendeki 200 milyar galaksinin olduğu bilgisi NASA'nın resmi web sayfasından alınmıştır. NASA'nın web sayfasında Hubble teleskobunun algıladığı 200 milyar galaksi teyit edilmiştir. Bununla birlikte NASA'nın çeşitli yayın organlarında yer alan gayri resmi açıklamalarına göre, Hubble teleskobu ile 200 milyar galaksi tespit edilmekle birlikte, tespit edilemeyen ancak varlığı tahmin edilen evrende 2 trilyon galaksinin olduğu beyan edilmiştir.

Bu devasa sisteme evren ya da kâinat diyoruz. Bu evrenin bu kadar teknik donanımını ahenkli çalıştıran siteme de Evrensel Sistem diyoruz. Aslında Evren tıpkı ama tıpkı bir bilgisayar gibidir. Ve bu devasa bilgisayarın işletim sisteminin adı Evrensel Sistem'dir.

Bu Evrensel Sistem ise bir yasalar bütünü ile çalışmaktadır. Evrensel Sistem bir işletim sistemidir. Bu işletim sisteminin yazılımsal yapısına Evrensel yasalar diyoruz. Evrensel yasalar, insanın bilinçaltı ile eşgüdümlü çalışmaktadır ve kesinlikle birbiri ile interaktif bağlantı halindedir. Ve bu bağlantı evren ve insan var olduğu sürece interaktif olarak devam edecektir.

Çok daha ilginci ise yukarıda bahsettiğimiz devasa evrenin prototipi insandır. Yine yukarıda bahsettiğimiz nasıl ki evrenin işletim sistemi Evrensel sistemdir, bu sistemin yazılımsal yapısı Evrensel yasalardır. Bu prototip insanın işletim isteminin mekanizmasının bilinçaltıdır. Bilinçaltının yazılımsal yapısının adı da zihindir. Ve insan zihni yani bilinçaltı sistemi yukarıda bahsettiğimiz Evrensel Sistem ile eşgüdümlü ve interaktiftir.



Resim 1: Bilinçaltı - Zihin İlişkisi

Aslında yukarıda ne varsa aşağıda o vardır, aşağıda ne varsa yukarıda o vardır.

Bu konuyu bir de şöyle ifade edelim. Kültürümüzdeki şu kadim; "Ey insan, sen kendini basit bir şey mi zannedersin, sende âlemler gizlidir." sözüne istinaden, evren makro, insan mikro bir sistemdir. Yani insan, psiko-biyolojik olarak öylesine muazzam bir varlıktır ki, adeta ziplenmiş evrendir. Evren de öylesine müteşamildir ki, ziplersen insan olur. O nedenle Necip Fazıl'ın

"Boşuna dolaşmışım yok tabiatta,
içimdeki kadar iniş ve çıkış"
sözü bu konuyu izah etmektir.

Bilinçaltı sistemini çözen, Evrensel Sistemi çözmüş demektir. Evrensel Sistemi çözen de bilinçaltı sistemini çözmüş demektir. Sıklıkla duyduğunuz iç yolculuk aslında doğrudur. Doğru yapılan ve doğru analiz edilen bir iç yolculuk yaşamın, tadın, coşkunun, şölenin ta kendisidir. İç yolculuk yapan kişi hem kendisini hem de insanlığı ve yaşamı çözecektir. Kendini çözen ise zihinsel farkındalığa ulaşmış demektir. Zihinsel farkındalık ise tam anlamıyla yaşamaktır. O halde anlaşılıyor ki iç yolculuk yapmayanlar dış dünyada boğularak kendisinden uzaklaşıp, kendisine kötülük ederler.

İçin düzene girdikçe işin de düzene girer, unutmayalım.

Şunu da unutmayınız; dışarıda boğulursun, içeriden doğarsın. İçeriden doğmazsan dışarıda boğulursun.

İçimiz hiçbir şekilde dışarıdan dolmaz ve doyamaz. İçimizden doğarız ve doyarız.

İÇ YOLCULUK NEDİR?

Geçtiğimiz aylarda ünlü bir gazetenin meşhur bir yazarı iç yolculuk kelimesinden hiç haz etmediğini ve bunun bir Amerikan oyunu olduğunu, bizim kültürümüzde böyle safsataların olmadığını yazmıştı. Açık ve net olarak anladım ki, farkındalık kazanmamış ve bilmiyordu. O halde ben de derim ki, olay hiç de bildiğiniz gibi değil. İç yolculuk tam da bizim kültürümüzde bir yaşam biçimidir.

"Sen benim başıma neler getirdin,
Ben senin derdini çekemem gönül."
(Turan Engin - Erzincan Türküsü)

"Gel ha gönül havalanma, engin ol gönül engin ol.
Dünya malına güvenme, engin ol gönül engin ol."
(Nida Tüfekçi - Sivas Türküsü)

"Böyle gitmeyinen menzil alınmaz,
Uyan gel gözlerim gafletten uyan."
(Sivas Türküsü)

"Gafil gezme şaşkın, bir gün ölürsün,
Dünya kadar malın olsa ne fayda.
Söyleyen dillerin, söylemez olur,
Bülbül gibi dilin, olsa ne fayda"
(Âşık Hasan Hüseyin/Yavuz Top-Gaziantep Türküsü)

"Güz mü geldi rengin soluk
Ne tez yaprak döktün ömrüm
Hep ağlarsın boynun bükük
Gözyaşın derya mı ömrüm"
(Seyfi Doğanay)

"Daha senden gayri âşık mı yoktur,
Nedir bu telaşın ey deli gönül."
(Âşık Ruhsati - Sivas)

"Ervah-ı Ezelde Levh-i Kalemde,
Şu benim bahtımı kara yazmışlar.
Bilirim güldürmez devri âlemde,
Bir günümü yüz bin zara yazmışlar."
(Aşık Sümmani - Erzurum)

"Boşuna gezmişim yok tabiatta,
İçimdeki kadar iniş ve çıkış."
(Necip Fazıl Kısakürek)

"Bir kez gönül yıktın ise
Bu kıldığın namaz değil."
(Yunus Emre)

Geldim şu alemi ıslah edeyim
Özümü meydanda gördüm sonradan.

Zaman mahlukuna meylimi verdim
Sermayemden zarar gördüm sonradan
(Sivas Türküsü)

"Deli gönül feryat etme boşuna
Hal bilmez kişiye yar olamazsın."
(Muhlis Akarsu - Sivas Türküsü)

"Gönül gel seninle muhabbet edelim,
Araya kimseyi alma sevdiğim.
Ya benim kimim var, kime yalvarayım,
Kaldır kalbindeki yarayı gönül.

Dünya için gül benzini soldurma,
Halden bilmeyene halin bildirme.
Tabip olmayana yaran sardırma,
Azdırırsın bir gün yarayı gönül"
(Ali Ekber Çiçek - Erzincan)

NOT: Daha bunlar gibi yüzlercesi var...

İç yolculuk, en mukaddes yolculuktur.
İlahi bir seferdir.
"Kültürümüzde iç yolculuk yok, bunlar dinsiz seküler Batı'nın kandırmacaları" diyen kültürlü olup da irfansızlara gelsin…

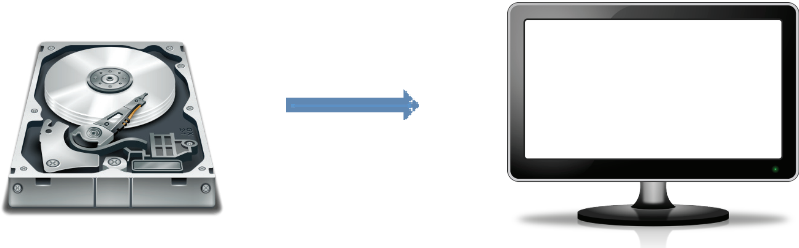
BİLİNÇALTI YASASI

"Ruhun şarkı söylerse hayat seni dansa kaldırır"

Bilinçaltı bir mekanizmanın adıdır. Bilinçaltını bir elektronik sistem gibi düşünün. Bilinçaltı beynimizde zihinsel sürecin gerçekleştiği sistemin mekanizmasının adıdır. Bilinçaltı çoğunlukla yaşadığımız kötü hatıraların depolandığı yer olarak algılanıyor. Oysa bilinçaltı; iyi kötü, zararlı zararsız, sevap günah, güzel çirkin, kuru yaş ayrımı yapmaz, yapamaz. Bu teknik olarak mümkün değildir. Bilinçaltı, sadece bir mekanizmadır. Bir tarla gibi düşünün, ne ekerseniz

onu yetiştirir. Örneğin, haşhaş kötüdür demez, haşhaş tohumunu yeşertir. Fasulye iyidir demez onu da yeşertir. İyi kötü, zararlı zararsız anlamlarını veren bizim bilinçli zihnimizdir.

Bilinçaltı, teknik olarak hatta tam olarak bir bilgisayar gibi çalışır. Bilgisayarın ekranında ne varsa o ekranda gözüken ya da açılan her ne ise ya da her ne program ise o kesin olarak bilgisayarın hard diskinde yüklenmiş olarak mevcut demektir. Bilgisayarın ekranında açabildiğimiz her şey bilgisayarın hard diskinde kayıtlı olduğuna göre, hard diskte olan her şey de ekranda açılabilir demektir. Bunun aksi mümkün değildir. Yani hard diskte olmadığı halde ekranda açamazsınız, ekranda açıldığı halde de bu hard diskte mevcut değildir diyemezsiniz. Örneğin ekranda açtığınız bir fotoğraf hard diskte kayıtlıdır. Hard diskte kayıtlı olan da ekranda açılır.



Resim 2: Hard disk - Ekran

Buna göre, insanın bilinçaltı bilgisayarın hard diski gibidir. Bilinçaltımızda var olan kayıt ve kodlar da bizim ekranımızda açılır. İnsanın ekranı nedir? Yaşamımızdır. Evet, yaşamımız da bizim ekranımızdır. Bu ekranımızdaki tüm görüntüler bilinçaltımızdan gelmektedir ve bu kesindir. İnsan aslında tam olarak bir bilgisayar sistemi gibi işlevselliğe sahiptir. Ekranımızdakiler de bilinçaltımızda var demektir. Yine bunun aksini düşünmek mümkün değildir.

Peki, bilgisayardaki hard disk insanda bilinçaltı olduğuna göre bilgisayardaki ekranın karşılığı insanda nedir? İnsanın hard diski

bilinçaltıdır, ekranı ise yaşamıdır. Bu durumda yaşamımızda deneyimlediğimiz her olay ya da her durum kesin olarak bilinçaltımızda kayıt, kod ya da inanç şeklinde kesin olarak mevcut demektir.

O halde, yaşamınızda deneyimlediğiniz üzücü olaylar, mutsuzluklar ve başarısızlıkların kaynağı kesin olarak bilinçaltınızdadır. Yine yaşamınızda deneyimlediğiniz mutluluklar, başarılar ve güzel deneyimlerin tamamının kaynağı bilinçaltınızdadır. Bilinçaltınızda kayıt, kod ya da inanç şeklinde mevcut olmayan hiçbir şeyi hayatınızda deneyimleyemezsiniz.

İnsanlar yaşamlarında deneyimledikleri olumsuz olaylardan sonra bu deneyimin içinde yer alan ve güya kendisine kötülük ya da haksızlık yaptığını düşündüğü kişi ya da figürlerle uğraşmaya ve mücadele etmeye başlar. Tam da burada hayatının en büyük hatasını yapmış olur.

Oysa deneyimlediğiniz tüm olayların ana kaynağı kesin ve kesin olarak sizin bilinçaltınızdır. O halde, bundan böyle yaşamınızda deneyimlediğiniz üzücü, mutsuz edici olaylardan sonra o olay ve ilgili kişilerin tam olarak karşılığı bilinçaltınızda olduğuna göre olaylar ya da kişilerle hiç vakit geçirmeye gerek yok, dikkatinizi bilinçaltınıza yöneltiniz.

Bilgisayarınızın ekranında hoşunuza gitmeyen bir görüntü çıksa, bilgisayarınızın ekranını kırmazsınız. Ekrana "dan dan" diye ateş etmezsiniz. Bilgisayarı kırıp dökmezsiniz. O görüntü hard diskte nerede kayıtlı ise onu bulursunuz ve gereğini yaparsınız. Aynen öyle de yaşamınızda deneyimlediğiniz kötü bir olay ya da durumdan sonra hayata bağırıp çağırmak, kızmak ve isyan etmek ne kadar anlamsız değil mi? Hayata isyan etmek yerine o deneyimlediğin durumun kaynağına yani bilinçaltına bakman gerekiyor. Bakıp da gereğini yapman gerekiyor.

Lütfen buraya dikkat ediniz. Bundan sonra yaşamınızın şu aşamasından itibaren size olağanüstü bir iksir, çok derin bir şifre veriyorum. Yaşamınızda deneyimlediğiniz olumsuz olay ve durumların

karşılığı sizin bilinçaltınızdaki kodlar, kayıtlar ya da inançlarınızdır. Oysa hep tersini düşünüyorduk. Önce bizi üzerler sonra güvensiz oluruz sanıyorduk.

Bilinçaltı Nasıl Çalışır?

Suçluluk duygunuz varsa hayatınıza cezayı çekersiniz. Çünkü suçluluk duygusu hisseden kişi ceza ile bir rahatlama yaşayacaktır. O nedenle cezayı deneyimlemek zorundadır. Gerçekten suçluysanız ve suçluluk duygusunu hissediyorsanız illa cezayı deneyimlemeniz şart değildir. Suçluluk duygusundan arınarak cezadan muaf olabilirsiniz.

Genç bir hanım danışanım Sevgili Hande, 22 yaşındaydı ve sevgilisinden ayrılmış, nişandan bir hafta önce vazgeçmişti. Sonrasında bakın ne diyor:

“Sevgilimden ayrıldığım için başıma bir şeyler geliyor; merdivenden yürürken düşüyorum, üstüm başım yırtılıyor. Her işim ters gidiyor. Ben de bunun bir beddua olduğunu, ah olduğunu düşünüyordum. Gidip kendime kurşun döktürecektim.”

Bilinçaltı Yasası gereği, neye inanıyorsa onu deneyimliyordu, hepsi buydu. Çünkü ortada haksız bir durum yoktu, ayrılmasının son derece isabetli olduğunu tespit etmiştik.

Bir başka danışanım hanımefendi, evliliğinde eşiyle ciddi bir cinsel sorun yaşıyordu. Evlilik öncesi başka bir kişi ile yaşadığı cinsel deneyimden dolayı kendisini suçlu hissettiğini tespit etmiştik. Kendisini suçlu hissettiği için cinsellik yaşamayarak güya kendisini cezalandırıyordu. Bu cezalandırma ile bir nevi rahatlama yaşıyordu. Eşiyle yaşadığı sorunun kaynağı buydu.

Bir başka danışanım Şükriye Hanım, ilkokul ve ortaokul yıllarında okulun düzenlediği gezilerde eğer kendisi geziye katılıyorsa tüm akraba ve komşular da kendi kızlarını bu geziye gönderiyorlar-

dı. Eğer katılmıyorsa göndermiyorlardı. Şükriye Hanım komşu ve akrabaların bu davranışını şöyle yorumlamıştı: "Ha ben çok namuslu bir kızım, cinsellik falan hiç düşünmem, onlar da bana güvenip kendi kızlarını gönderiyorlardı."

Şükriye Hanım yetişkin yıllarına geldiğinde bunu yanlış anlayarak aleyhine bir koda dönüştürmüştü. "Bak beni herkes namuslu biliyor." Bunun üzerine Şükriye Hanım kendisini cinselliğe kapatmış ve evliliği de mecburi hizmet bölgesi olarak geçiyordu.

Tabi ki Şükriye Hanım bana terapi için geldiğinde, eşi onu çoktan boşamıştı.

İşte size bilinçaltının nasıl çalıştığı ile ilgili örnekler verdim.

Ayrıca suçlanma korkusu varsa suçlanmayı deneyimlemek sizin için bir ihtiyaç durumuna gelmiştir. Suçluluk duygusu olan kişi başkalarını sürekli suçlama eğilimi içerisindedir. Suçlanma korkusunun nedeni çocukluk yılları yaşantıları olsa da bu duygunun yapıştığı mekanizma olan bilinçaltınız kesinlikle bunu dönüştürme becerisine sahiptir.

Israr ettiğin şey tersiyle vuku bulur. Bir şey için ısrar ediyorsan o şey olmayacağından ısrar ediyorsun demektir. Olacağına inansaydın zaten ısrar etmezdin. Bir şey isterken, Yalın'ın "Olmasa da olur" şarkısını söyleyebiliyorsan işini olmuş bil. Biliyor musunuz, aslında Yalın'ın söylediğine yalın bir şekilde inanın, çünkü inanın yalan değil.

Ayrıca "Bir şeyi elde etmek için ısrarcı olacaksın" derler. Doğru derler, fakat oradaki ısrar değil sebattır. Yani bir şeyi elde etmek için ısrarcı değil sebat edeceksin. Dikkat ederseniz ısrarda panik yaparken, sebatda akışa bırakmış, tevekkül eden bir ruh hali vardır.

"Yarabbi güç ve kuvvet ver" diye dua etmek doğru mu dersiniz? Bence yanlış hem de çok yanlış. Çünkü güçlü ve kuvvetli olman için engeller çıkmak zorundadır. O engelleri aştıkça da güçlü ve kuvvetli olacaksın. Güç ve kuvvet istediğinizde sistem, sizin karşınıza engelleri

çıkarır. O engellerle mücadele ederek güçlenip kuvvetli olursun. İstediğin güç ve kuvvete sahip oldun mu, oldun ama acıyla, zorlukla değil mi? Şahsen ben böyle dua etmiyorum. Çünkü güç ve kuvvete ihtiyaç hissetmeyecek kadar çok daha güçlü ve kuvvetli bir şey biliyorum. O nedir, biliyor musunuz? Her şeye yarayan bir tek şey: **Sevgi**.

Altı yaşındaki sevimli bir kız çocuğu mu güçlüdür, altmış yaşındaki muktedir kral mı? Altı yaşındaki kız çocuğu hiçbir talebi olmadan sevgi, şefkat ve yardımseverliği üzerine hem de sevgiyle ve içtenlikle çekerken, 60 yaşındaki kral o kadar şanslı değildir.

Sevgi varsa güce gerek yoktur.

Sevgi yoksa gücün gücü yoktur.

Sevgi varsa "zor" dahi kolaydır.

Sevgi yoksa "kolay" da zordur.

Her zaman, her koşulda, her konuda, her şey için bir tek şey isteyin: **Sevgi**.

Bu bahsettiğim sevgi ise sevgi dolu olmak ve en başta kendimizi sevmektir.

Yeni bir sevgi, şu bildiğimiz düz mantık sevgi değil. Geniş izahı ilerleyen sayfalarda…

Başarı da istemeyiniz. Çünkü başarı isterseniz hayatınıza problemler gelecek ve siz onları çözerek başarılı olacaksınız. Sistem böyle. Bunun yerine yine hayatınızda sevgi hâkim olsa başarı kelimesine gerek kalmayacak hatta otomatik olarak hayatınızda sevgi dolu bir başarı kaçınılmaz olacaktır. Hem kolayca başarı kendiliğinden gelecek hem de problem çözmek zorunda kalmayacaksınız.

Zengin olmak mı istiyorsun? Zengin olmayı istemek doğru bir istek midir? Bilinçaltı Yasası'na göre, inanıyorsanız olacak, inanmıyorsanız olmayacaktır. Zengin ve varlıklı olmayı isterken tatmin olma duygusunu da eklemeyi ihmal etmeyiniz. Zengin olup da ya

tatmin olmazsanız? Tatmin olmamış her duygu zıvanadan çıkmış kurşun gibidir.

Sabır da istemeyin, sabredeceğiniz olayları deneyimlemek zorunda kalırsınız.

Bilinçaltı Deneyim Meyillidir

Bilinçaltı, kendisinde var olan inancı deneyimleme eğilimindedir. Bu eğilim de mutlaktır. Yani var olan inanç orada öyle uslu uslu durmuyor. Bilinçaltımızdaki bir inanç orada öyle şişede durduğu gibi durmuyor. Mutlaka ve muhakkak bilinçaltında var olan bir inanç, dış dünyada deneyimlenmek ister ve de ne yapıp edip o inanç orada var olduğu sürece deneyimlemeye devam edersiniz. Bir tek çıkar yolunuz var o da, memnun olmadığınız inançlarınızı güncellemektir. Güncellediğiniz inanç da yine aynı format gereği deneyim olarak karşınıza çıkacaktır.

Örneğin, bilinçaltında kıtlık bilinci varsa dış dünyada kıt kanaat geçinmek zorundasınız. Fakirlik ve yoksunluk kodları bilinçaltınızda olduğu sürece fakir fukara bir yaşamdan başka bir hayat yaşamanız mümkün değildir. Bunu değiştirmek ve güncellemek sizin elinizdedir. Fakirlerin niye fakir ve zenginlerin de niye zengin olduğunu sadece bu bakış açısıyla dahi doğru analiz etmiş olursunuz.

Bir başka örnek verecek olursak, bilinçaltınızda var olan korku enerjisi o kadar yüksek ki, bu korku enerjisini yaşamınızda sık sık deneyimlemek zorundasınız. Bu arada bilinçaltınızdaki inanç ve kodları konuya ve inancın derecesine göre değişmekle birlikte bazen her an, her gün, ayda bir, bazen yılda bir kez, on yıllık süreçlerle deneyimlersiniz.

Bilinçaltınızda başarısızlık korkusu varsa okulda, işte, sosyal yaşam ve ilişkilerde bu korktuğunuz başınıza gelmek zorundadır. Çünkü bilinçaltı yasası her daim senin gelişimin için 7/24 iş başın-

dadır. Bilgisayar nasıl ki sürekli çalışır, insan bilinçaltı da doğumdan ölüme uyku da dâhil olmak üzere çalışmaya devam etmektedir.

Bilinçaltınızda, bir gün bir yere belediye başkanı olacağınızı hissediyorsanız, evet evet hissediyorsanız, emin olun olacaksınız demektir. Zira bilinçaltı yasası konu, konum, zorluk kolaylık, iyi kötü ayrımı yapmaz ve bilmez de.

Bilinçaltınızda değersizlik hissi varsa, kendinizi değersiz hissedeceğiniz kişi durum ve olaylarla karşılaşmak zorundasınız. Bilinçaltınızda hangi duygu varsa, ona göre deneyim yaşarsınız. Değersizlik hissi varsa; size kendinizi değersiz hissettirecek kişi, durum ve olayları hayatınıza çekmek zorundasınız.

"Aslında insanlar bana hep değersizlik duygusu yaşattılar, hep kötü davrandılar ve ben ondan sonra değersizlik hissi yaşamaya başladım" diyeceksiniz muhtemelen. Zannedildiği gibi değil inanın, inanın değildir.

Önce bize kötü davranırlar sonra biz kötü hissederiz değil.

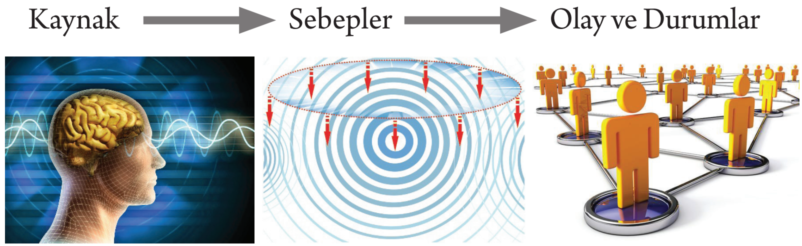
Önce içimizde o duygu vardır sonra da biz onu deneyimleriz.

Sistem tam olarak böyle çalışıyor.

2. KISIM

Olayların Kaynak ve Nedenleri

Yaşadığınız herhangi bir olayın ya da deneyimin **kaynağı** başkadır, **nedeni** başkadır. Yaşadığınız herhangi bir durumun nedeni Ali, Veli, Selami olabilir ama kaynağı sizsiniz. İnanılmaz önemli bir cümle duymaya hazır olun lütfen. Siz bilinçaltınızda bir şeyi arzu edersiniz ve bu arzu ettiğiniz şey; zenginlik, aşk, başarı, kaza, hastalık vb. her ne olursa olsun, bu arzu enerjiniz enerji olarak Evrensel Sisteme ulaştığında artık gerçekleşmesi için nedenlere gereksinim vardır. Çünkü kaynaktan enerji çıkmış ve sisteme ulaşmıştır. Sipariş tamamlanmıştır. Sırada bu enerjinin deneyimlenmesi için nedenlere gereksinim vardır. Evrensel İlahi Sistem tüm döngüyü bu sipariş enerjisine göre yeniden yapılandıracak ve nedenler de artık oraya çıkmış olacaktır.



Resim 3 - Kaynak-Sebep-Olaylar-Durumlar

Bununla ilgili bizim kültürümüzden muazzam bir söz aktarmak istiyorum size; İbni Arabi'nin "Fususul Hikem" adlı eseri, Ahmet Avni Konuk'un şerh ve tercümesinde şöyle der: **"Zahirin harekâtı bâtının tazyikindendir."** Ne muazzam bir cümle değil mi? Demek ister ki, görünen olayların asıl kaynağı arka plandaki enerjilerdir.

Hayatınızda neyi deneyimlediyseniz biliniz ki, o yaşadığınız deneyim, olay ya da durumun enerjisini daha önce göndermiştiniz, sonra o enerji neden ve sebeplere bürünüp size kadar geldi. Hayatınızda deneyimlediğiniz olay ve durumlar sizin daha önceden gönderdiğiniz dilekçelerin cevabıdır.

Hayatınızda deneyimlediğiniz olay ve durumlar sizin daha önceden gönderdiğiniz enerjinin pişirilmiş ve servis yapılmış halidir. Adeta gönderdiğiniz hammaddelerin ürün olarak size gelmiş halidir, pakettir.

Deneyim 1 (Evlenmek için evlenmekten kaçınan kadının öyküsü)

Danışanlarımdan birisi sevgili Selcan Hanım 42 yaşında ve henüz evlenememişti. Ankara'dan terapiye geliyordu ve bir kamu kurumunda memur kadrosunda şefti. Selcan Hanım'ın evlenmemesinin arka planında kaynak olarak bakın neler çıkmıştı:

Risk almaktan korkuyordu. Çünkü şu andaki hayatı çok kaliteli olmasa da çok risk yoktu.

Reddedilme korkusu vardı. Evlendiğim adam ya beni beğenmezse diye korkuyordu.

Kadınlığına güvenmiyor, terk edilme korkusu yaşıyordu.

Cinsellikte ve evlilikte başarısız olma korkusu vardı.

Kaynana baskısı gibi korkuları vardı.

Selcan Hanım, görünürde evlenmek için çok çaba gösteriyor ancak bir türlü olmuyordu. Hatta güya bir evlilik yapayım diye çok ciddi kariyer çalışmaları vardı. Yine farkında olmadan Selcan Hanım da yanlış bir ezberin peşinde koşuyordu. Evlilikle ya da evlilik kalitesiyle, ilişki ve ilişki kalitesiyle kariyerin kesinlikle hiçbir ilgisi yoktur. Çünkü bilinçaltının dediği olacaktı. Bilinçaltındaki bazı kaynaklar da yukarıda saydıklarımdı.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

Deneyim 2 (Psikoloğa âşık olan kadın)

Diğer bir danışanım İzmir'den Selma Hanım'ın dramı da oldukça dikkat çekici. Selma Hanım İstanbul'da özel bir kurumda müdür yardımcısı olarak çalışıyor, bekârdı ve hiç evlenmemişti.

Evlenmek istiyordu. Fakat öyle bir kişiye âşık olmuştu ki, bu aşkın içinden çıkamıyordu. (Gerçi aşkın içinden çıkılmaz, çıkılamaz ve hatta çıkılmamalı da) ☺

Sıkı durun;

Âşık olduğu kişi evli çıkmıştı.

Âşık olduğu kişi psikologdu.

Âşık olduğu kişi her buluştuklarında Selma Hanım'a ağıza alınmayacak hakaretler ediyor ve her defasında ağlayarak evine dönüyordu.

Selma Hanım iki gün sonra onu yine özlüyor, "Aşkım seni çok özledim, akşam yine bir restoranda buluşalım mı?" diye mesaj gönderiyordu.

İki yıl boyunca yine buluşuyorlar, hep buluşuyorlar ama hep aynı dramatik sonuç yaşanıyordu. Selcan Hanım da "Ben yoruldum hayat gelme üstüme…" şarkısını söyleyerek bana gelmişti.

Selma Hanım güya evlenmek istiyordu. Ama bilinçaltındaki arzu bu değildi. Bilinçüstünden evlenmek istese de, bilinçüstünden evlenmek ile ilgili çabaları olsa da;

Âşık olduğu kişinin evli olması aslında Selma'nın evlenmek istemeyen bilinçaltını gösteriyordu. Çünkü evlenemeyeceği bir kişiyi

hayatına çekmişti. Evlenmeyi arzu eden birisi kesin olarak hayatına evleneceği birisini çekecektir.

Âşık olduğu kişinin psikolog olması da tesadüf değildi. Selma'nın bilinçaltı zımni olarak farkındaydı ki, "ben iyi değilim, öyle psikoloğa falan çok para da harcayamam, en iyisi mi bedava bir psikolog hayatıma girsin de beni tedavi etsin." şeklindeydi.

Psikolog kişinin Selma Hanım'a her daim hakaretler yağdırması da Selma'nın bilinçaltının normal laftan anlamıyor olmasıydı. Kime bağırırlar? Tabi ki duymayan ve anlamayana.

Bu psikolog, Selma'nın hayatında işe yaradı mı? Kesinlikle yaradı. Çünkü Selma artık Kadıköy'e gelmişti. ☺

Selma erdi muradına, biz çıkalım kerevetine.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

Deneyim 3 (Cezaevinde tatil yapan adamın öyküsü)

Bu öykü de diğerleri gibi tamamen gerçek ve yaşanmış bir hikâyedir. Sevgili Ali Bey'in öyküsü…

Ali Bey İstanbul, Ankara, İzmir ve Eskişehir'de gıda ve mobilya sektöründe faaliyet gösteren bir iş adamıdır. Çok yoğun ve aşırı iş temposu olan biriydi. Ali Bey birkaç sene önce benden "Temel Bilinçaltı Terapisi" eğitimi almıştı. Yani bazı şeyleri aslında biliyordu. Yaklaşık iki yıl sonra beni bir gün eşi İpek Hanım aradı, ağlıyordu, tedirgindi ve kaygılıydı. Ali Bey hiçbir ciddi gerekçe yokken gözaltına alınmış, resmi gerekçe ise onlar için son derece anlamsızdı.

İpek Hanım'a birkaç gün sonra randevu verdim ve ofisime geldi. Eşi Ali Bey'in anlamsız ve ilgisiz bir gerekçe ile gözaltına alınması ve gözaltı süresinden sonra tutuklanması konusunu detaylarıyla kendi-

sinden dinledim. Ali Bey'in eğer tutuklanma gerekçesi doğru olsaydı kesinlikle hiçbir şekilde yardımcı olamayacağımı İpek Hanım'a söyledim. Eğer Ali Bey tutuklanma gerekçesi gerçekten hakikat olsaydı konuya el süremezdim, sürmezdim.

Ali Bey'in tutuklanma gerekçesinin hakikat olmadığına kanaat getirdikten sonra İpek Hanım'la Ali Bey'in tahliyesi için çalışmaya başladık. Bunun için sadece iki gün yeterliydi. İpek Hanım'ın yapacağı ödevler vardı. Ayrıca kocası Ali Bey'e de vereceği ödevler vardı. İlk görüşmede Ali Bey'e bu ödevleri verdi. Ve benim talimatlarıma göre her ikisi eş zamanlı olarak ödevlerini yapmaya başladılar. Ortalama iki ay kadar sonra Ali Bey tahliye edildi. Tabi ki biz hiçbir hâkim ve savcıyla görüşmedik ve görüşemezdik de. Hatta gerek de yoktu. Sadece Ali Bey'in avukatından teknik yardım alındı.

Şimdi sıkı durun. Çıktıktan sonra beni aramasını rica ettiğim Ali Bey beni aradı ve bakın ne dedi biliyor musunuz? "Hocam, ben toplamda altı ay yattım, gerçekten haksız yere yattım ama iyi ki yatmışım. Çünkü dışarıda iken içimde tutsakmışım. Hayat yaşamıyor sadece nefes alıyormuşum. Bunun da farkında değilmişim. Ve Evrensel İlahi Sistem altı aylık bir hapis hayatı ile bana gerçek özgürlüğümü hediye etti. Çok daha önemlisi ise hapse girmeden önce içimden sessiz ve derinden hep 'Yahu çok yoruluyorum, şöyle altı ay hiçbir sorumluluğum olmadan ayaklarımı uzatıp da yatsam, tatil yapsam' diye geçirdiğimi hatırlıyorum. Sizin öğretilerinizden çıkardığım sonuçlar bunlar hocam. Yine Evrensel İlahi Sistem tam da benim arzu ettiğimi vermişti. Çünkü ben altı ay boyunca hapiste hiçbir sorumluluğum olmadan ayaklarımı uzatıp yatmıştım."

Hatırlayınız, kaynak başkadır, nedenler başkadır. Burada kaynak Ali Bey'in bilinçaltı "hiçbir sorumluluk olmadan ayaklarını uzatarak altı ay yatma arzusu", sebepler ise emniyet teşkilatı ve Adliye teşkilatının ortaklaşa bir çalışmasıyla Ali Bey'in arzusunu yerine getirmekti. Ne kadar ilginç değil mi? Zaten her şey böyle oluyor. Bu tür vakalara hiç bu açıdan bakmış mıydınız? Artık bakarsınız umarım.

Ali Bey ayağını uzattı mı? Uzattı. Sorumluluk olmadan yattı mı? Yattı. Tatil yaptı mı? Yaptı yaptııı....

Beş yıldızlı otel deseydi, Antalya'da deseydi, memnun ve tatmin olarak ve özgür olarak deseydi ya, dememiş işte. ☺

Belediye otobüsünde yaşadığınız küçük bir sorun, çocuğunuzun okulunda yaşadığınız adi bir problemden tutun da ülkedeki büyük sosyal sorunlar ve facialara kadar hepsinin arkasında bireysel ve toplumsal **Azmettirici Enerjilerimiz** vardır.

Şunu da bilmenizi çok isterim ki,

"Dışarda hiçbir şey var, içerisi ağzına kadar dolu."

Sanırım bunu anladınız.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………

İlahi Adalet

Bir gün Hz. Musa Allah'a yalvararak İlahî adaletin tecellisini gözüyle görmek ister. Allah'a dua ederek böyle bir olaya şahit olmak ister.

Duası kabul olan Hz. Musa'ya Allah:

"Falan sahradaki çeşmenin yanına git, bir tarafa gizlen, hikmet ve adaletimi seyret" buyurur.

*Hz. Musa, sahraya varır, çeşmenin bulunduğu yerde bir ağacın arkasına gizlenir, beklemeye baş*lar. Sahranın bir ucundan *bir atlı adam çeşmenin başına gelir. Atından iner, suyunu içer, koynundan bir kese altın*ı ıslanmasın diye çıkararak çeşmenin başına bırakır. Biraz dinlendikten sonra atına atlayarak yoluna devam eder fakat altın kesesini koyduğu yerden almayı unutur.

Biraz sonra suyun başına bir çocuk gelir. Suyunu içip dinlendiği sırada çeşmenin yanında bir kese altın görür. Keseyi alır, oradan ayrılıp, yoluna koyulur.

Bir müddet sonra çeşme başına bu defa da kör ve yaşlı bir adam gelir. Elini yüzünü yıkar, yorgunluğunu çıkarmak için bir tarafa oturur. İşte tam bu sırada altın kesesini unutan atlı adam *gelir. Bıraktığı yerde keseyi göremeyince kör ve yaşlı adama çıkışır.*

"Altınlar nerede, ne yaptın" der ve keseyi yaşlı adamın aldığını düşünerek onu sıkıştırır. Adam almadığına dair her ne kadar yemin ettiyse de, körüm, göremiyorum bile dediyse de inandıramaz.

Sonunda atlı adam belinden kılıcını sıyırdığı gibi kör adamın başını gövdesinden ayırır. Adamın üzerini ararsa da bir şey bulamaz ve çekilir, gider.

Hz. Musa, gördüğü ürkütücü manzara karşısında hayrete düşer. Bu nasıl iş böyle. Altını çalan başka, kellesi giden başka. Olayların arka planını öğrenmek *ister.*

O sırada Allah, Cebrail meleğini gönderir. İlahî fermanı açıklamasını emreder. Olayların gerçek sebebini ve hikmetini Cebrail teker teker anlatır:

"Ya Musa gözlerinle görüp de bir mana veremediğin olayın hikmeti şudur: Çeşme başında altınları görüp de alan çocuğun babası, altınını çeşmede unutan atlı adamın yanında yıllar önce *birkaç sene işçi olarak çalışmıştı. Fakat haksızlık ederek ücretini vermemişti. Adam hakkını ne kadar istediyse de alamamıştı. Öldükten sonra da hakkı olan para oğluna miras kaldı. İşte, çeşme başında çocuğun aldığı bir kese dolusu altın, babasının hakkı olup da alamadığı altın kadardı. Bu suretle Allah seneler sonra hak sahibine hakkını vermiş oldu.*

O kör adam ise, yine yıllar önce gözleri varken, altınları çeşme başında unutan *atlı adamın babasın*ı öldürmüştü. O zamanlar bu atlı adam*, çocuk yaştaydı. İşte babasının katilini öldürerek kısası yerine getirmiş oldu. Allah'ın takdiri de zaten bu şekildedir."*

Böylece bir nesil sonra kaderin adaleti tecelli etmiş oldu. Zalim cezasını çekti, hak sahibi de hakkına kavuşmuş oldu.

Her olay ve durumun arkasında başka başka farkında olmadığımız enerjiler vardır.

Önemli bir not,

Çocukluğunuzda edindiğiniz inançlarınız minik tohumlardır. Uygun ortamda yeşermeyi beklerler, uygun zemin ve ortamı bulduklarında yeşerirler, fidan olurlar, ağaç olurlar.

Ayrıca siz yıllardır belli bir konuda belli bir enerji yaydıysanız o konuda o enerjinin sonucunu deneyimlersiniz. Örneğin, kıtlık bilinci ile fakirliği deneyimlersin. Daha sonra iç dünyanda zenginlik bilincine ulaştığında Evrensel İlahi Sistem senin yeni enerji durumuna göre seninle ilgili durumu yeniden yapılandıracak ve bu yapılandırma sonucunda da yeni enerjine uygun zenginliği deneyimleyeceksiniz.

İçindeki hisler kaynaktır .... sonra sebepler .... sonra olaylar

Kaynak ⟶ sebepler ⟶ olay ve durumlar

Bundan böyle olayların nedenleriyle ilgilenmeyiniz, kaynağını bulmaya çalışınız. Hatta bu konuda Hipokrat, "Hastalıklarla değil, hastalığın kaynağı ile ilgileniniz." demiştir.

Kaynaklara örnekler:

1. Bir şeyin (özne ya da nesne) peşinden çok koşuyorsanız, arkasında olmayacağına inancınız var demektir. Olacağına inansaydınız zaten koşmazdınız.
2. Bir programda 7. sınıfa giden Rana, bana şöyle bir şey demişti: "Hocam, bana öyle bir şey öğretin ki okuldaki tüm arkadaşlarımı geçeyim." Ben de ona dedim ki, "Rana, sen zaten arkadaşlarından geride olduğunu kabul etmiş durumdasın."

   Rana'daki zihinsel şoku görecektiniz...
3. Kimi geçmeye çalışıyorsanız ondan geride olduğunuzu kabul etmiş durumdasınız, demektir.
4. Kadınların "biz de futbol oynayabiliyoruz, biz de belediye otobüsü kullanabiliriz" gibi çabalarının arkasında erkeklerden geride olduklarını kabul etmişlik durumları ne yazık ki

ortaya çıkmaktadır. Oysa Aile Terapisi kitabımda yazdığım gibi erkekler kadınlardan ileride değildir. Kadınların her bakımdan erkeklere göre inanılmaz daha potansiyelli daha çok ileri düzeyde yaratıldıkları kesindir. Bu böyleyken kadınların erkekleri geçmeye çalışma çabası Güneş'in Ay ile yarışması gibidir. Güneş Ay ile yarışsa ne kadar gariptir değil mi? Çünkü erkekleri de aydınlatan, hayat veren kadınlardır. Tüm kadınlara saygı, sevgi ve selamlarımı iletmek isterim.

5. Vücut yapan erkekler kendilerini güçsüz hissediyor da, o güçsüzlüğü kapatmak için vücut yapıyor olamazlar mı?
6. Gereksiz yere eleştirmek arka planda hayranlığı barındırmaz mı?
7. Paranız mı çalındı? Arkasındaki kaynak haksız kazanç olabilir.
8. Kendini sevdirme çabalarının arkasında sevilmeyeceğine olan korkusu yatmaz mı?
9. Mutlu olduğunuzu gösterme çabası, mutsuz olduğunuzun göstergesi değil midir?
10. Gülay hemşire zahiri bakımdan haksız yere görevinden alınmıştı. Bana geldiğinde her şeyi ve herkesi suçluyordu. Oysa son iki senedir "bir şey olsa da şu işten kurtulsam" diye içinden geçirdiği hisler çoktan dilekçe olarak kabul edilmiş ve bununla ilgili yeniden yapılandırma gerçekleşmiş ve istediği olmuştu.

Deneyim 4 (Merve Hanım ve Adil Bey'in ev alış öyküsü)

Adil Bey kıtlık bilincine sahip bir zihin yapısına sahipti. Bu nedenle ev sahibi olmanın çok zor olduğuna inanıyordu. 2+1 evimiz olsun da başka bir şey istemiyorum diyordu. Ve sonunda istediği

oldu. Ama hiç de tatmin olmamıştı. Çünkü onun isteği sadece 2+1 bir eve sahip olmaktı. Eve sahip olmasına olmuştu ama inşaatı üstlenen firma kimi kapılarını eksik, kimi camlarını kırık ve iskânsız bir şekilde teslim etmişti.

Adil Bey, duasının eksik olduğunu geç de olsa fark etmişti.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………

Bireysel ve Toplumsal Bilinçaltı

Bireylerin bilinçaltı olduğu gibi toplumların da bilinçaltı vardır. Toplumların bilinçaltına "Toplumsal Bilinçaltı" diyoruz. Toplumsal Bilinçaltı da tıpkı Bireysel Bilinçaltı gibi teknik olarak aynı şekilde çalışmaktadır. Örneğin bizde; atasözleri ve deyimler toplumsal bilinçaltımızın göstergesidir.

Toplumsal olayların arka planında da, Toplumsal Bilinçaltı kaynaklık etmektedir. Tüm ülkede yaşanan her toplumsal olayı bu şekilde düşünebilirsiniz. Özellikle büyük siyasal olaylar, büyük toplumsal kırılmalar ve büyük afetler Toplumsal Bilinçaltı'nın yansımalarıdır.

Olumsuz Olayların da Kaynağı Bilinçaltı mıdır?

Evet, aynen öyledir. Bilinçaltının arzuları tamamen bir tercihtir. Ta özümüzdeki en derin tercihimizdir. Bilinçaltı için olumlu ya da olumsuz, iyi ya da kötü diye bir şey yoktur. Bilinçaltı öyle bir ayrım yapamaz. Bilinçaltı teknik olarak böyle çalışıyor. Siz ne emrederseniz bilinçaltı onu inanç haline getirip deneyimlemenizi sağlıyor.

Aşağıdaki deneyim örneklerinde de görüleceği gibi bizim olumsuz ve kötü dediğimiz nice yaşam deneyimlerinin kaynağı kesin ve kesin olarak bizim bilinçaltımızdır.

Deneyim 5 (İdil Hanım'ı hastaneye yatıran bilinçaltı)

Yine danışanlarımdan İdil Hanım'ın bir hatırası oldukça ilginçti. İstanbul'da bir kamu kurumunda çalışan İdil Hanım iş, eş ve aile sorumluluklarının ağır yükü altında bocaladığını, yorulduğunu hissettiği bir dönemde, aniden hastalanıp büyük bir hastanede bir hafta yatmıştı. İdil Hanım'ın hasta olması, soğukta kalması, grip olması vb bir nedendi ama kaynağı bir hafta dinlenmek istemesiydi. İşte görüyorsunuz, siz bilinçaltınızdan bir şey arzu ettiğinizde bu bir kaynaktır ve sistem o kaynağa uygun nedenleri yaratıp size deneyim yaşatır.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………

………

Deneyim 6 (Devlet memuru olan Kerim Bey'in işten atılma kaygısı)

Başka bir danışanım Kerim Bey bir kamu kurumunda devlet memuruydu. Memurların özel bir yasal düzenleme ile sık sık ve yoğun bir şekilde görevden alındığı bir dönemde, kendisinin de görevden alınacağından endişe etmiş ve çok korkmuştu. Görevden alınmasına gerekçe teşkil edecek hiç bir durum olmadığı halde korku ve kaygı kodları devreye girmiş ve benliğini istila etmişti.

Bu korku enerjisi ile görevden alınmasını engellemek için bilinçaltı ona trafik kazası yaptırmıştı. Gördüğünüz gibi bilinçaltındaki kaynak enerji kaza yapma arzusuydu. Neden olarak da önüne bir çukur denk gelmişti. Yapmış olduğu bu trafik kazasından sonra üç

ay hastanede yatmış ve kalçasına platin takılmıştı. Hatta emniyet amiri ona çiçek göndermişti. Kerim Bey amacına ulaşmıştı. Çünkü artık amirleri ona şefkatli davranacaklar, görevden almak istediklerinde de bundan vazgeçeceklerdi. Güya amacı buydu.

Kerim Bey hastanede üç ay yattıktan sonra çıkmış ve amirleri onu daha kolay bir yere vermişlerdi. İçindeki korku devam ettiğinden olacak ki, yeni verilen yer kurumun beyni sayılan üçüncü kattaki bürosuydu. Burada Ankara'dan gelen tüm resmi yazıları okuyor ve büroda konuşulan her şeye tanıklık ediyordu. Aksilik bu ya, artık görevden almalar burada daha çok konuşuluyor ve Kerim Bey korkudan titriyordu.

Bilinçaltı yeni bir arzu enerjisi üretti ve kurumun -2. Bodrum katına görevlendirme yaptırdı. Orası kurumun deposuydu ve orada yalnızdı, onu kimse görmüyordu. Böylece kendini güvende hissediyordu. Yaptığımız çalışmalarla Kerim Bey bodrum kattaki görevinden de ayrılarak daha huzurlu bir ortamda çalışmaya başladı ve halen de görevine devam etmektedir.

Gördüğünüz gibi;

Sistem aynen şöyle çalışıyor:

Kaynak ………………… ……… sebepler ………………… ……… olaylar

Kaynak ………………… ……… sebepler ………………… ……… olaylar

Kaynak ………………… ……… sebepler ………………… ……… olaylar

Kaynak ………………… ……… sebepler ………………… ……… olaylar

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

Deneyim 7 (İş ararken aslında aramayan adamın öyküsü)

Yine danışanlarımdan Musa Bey, elektrik elektronik mühendisiydi ve beş yıldan bu yana işsizdi. 48 yaşındaki Musa Bey, bana geldiğinde iş bulmam konusunda benden yardım istemişti. Bu konuda biliyorsunuz ki, birisine iş bulmak için İstanbul Ticaret Odası, İstanbul Sanayi Odası'nı ya da tanıdığımız bir iş yerini aramamıza gerek yok. Ne yapıyoruz, direkt bilinçaltına yönelik çalışıyoruz.

Bana gelmeden önce iş bulmak için neler yaptığını öğrenmek istedim. Hem internetten hem de başka yollarla birçok iş yerine müracaat etmişti. Sıkı durun, yüz otuzdan fazla müracaattan bir tek geri dönüş yapan bile yoktu. Haydi, bilin bakalım neden?

Bilinçaltı yasası gereği kaynakta ne varsa, sistem o kaynağa uygun nedenleri yaratıyordu. Musa Bey'in yüz otuzdan fazla iş müracaatı vardı ama Musa Bey'in bilinçaltı iş aramıyordu. Musa Bey güya bilinç üstünden iş arıyor görünüyordu, elinden gelen her şeyi yapıyordu ama gelin görün ki bilinçaltındaki kaynak enerji hiç de bilinç üstü isteği ile aynı yönde değildi.

Bilinç üstünden iş arayan Musa Bey, her müracaattan sonra bilinçaltından şu his geçiyordu: "İnşallah kimse aramaz." Telefonu, tanımadığı bir numara tarafından arandığında da çok tedirgin oluyor ve çoğu zaman da telefonu açmıyordu. Çünkü iş için yaptığı müracaata yanıt olarak telefonu aranabilir ve iş teklifi yapabilirlerdi. Hatta bazen de sırf bu nedenden dolayı telefonunu kapalı tutuyordu.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………

Bireysel ve toplumsal olayların da tamamı kesinlikle bu format içerisinde işlemektedir.

Ben Kulumun Zannı Üzereyim

İslam kültüründe yer alan bir kutsi hadiste "Ben kulumun zannı üzereyim." denilmektedir. Bilinçaltı yasasının tam izahı. Bu öğreti de, bizzat bilinçaltını ve bilinçaltının ürettiği enerjiyi tarif etmektedir. Yani demek istiyor ki, "insan bilinçaltında neye inanırsa ve neyi kodlarsa Ben onu yaratırım." O halde, görülüyor ki, bilinçaltı yasasını hem bilim hem de din desteklemektedir.

Önemli not: Bilinçaltı, dini kaynaklarda **Ene**, batılı kaynaklarda **Ego** ve bilimsel kaynaklarda da **Alt Beyin** olarak tarif edilmiştir. Biz bu kitapta, tüm bunları kapsayan **Bilinçaltı** kavramını kullanmayı tercih ettik.

BİLİNÇALTI, ZEKÂ VE AKIL

Bilirsiniz ya da biliniz ki, zekâ başkadır, akıl başkadır. Her türlü hile, çözüm ve icatlar zekâ işidir. Her türlü maslahat, iyilik ise akıldandır. Sadece zeki olmak son derece tehlikeli, sadece akıllı olmak son derece eksiktir. En güzeli biz, biz olalım, siz de siz olun ki, hem zeki hem de akıllı olmak gerekir.

Nice zeki insanlar bilirim akılsızlığından kaybetmiştir. Nice akıllı insanlar bilirim ki kafasızlığından kaybetmiştir. Bu kitap size zeki ve akıllı olmayı öğretmez, zeki ve akıllı olmamız gerektiğini öğretir. Neden? Çünkü zekâsı ile kendisine hile yapanlara, kendisini kandıranlara çok tanıklık ettim.

Zeki olan ama akıllı olmayan nice insanlar gördüm ki hep başkalarını suçlarlar. Oysa akıllı olsalardı bunun hem gereksiz hem de yersiz olduğunu bilirlerdi. Çünkü yaşamınızdaki olumsuz olaylarda hiç kimsenin suçu yoktur. Hatta senin dahi suçun yoktur, aslında suçlu yoktur. Fakat G.G. Jung der ki: *"Düşünmek zordur. Bu yüzden çoğu insan yargılar."* Yargılayan insanlar zahiri olarak görülen suçladıkları kişilere suçu atfedip, kendilerini temize çıkartıp başkalarını suçlu ilan ederler.

Böylece ince düşünmekten kurtulup kendilerine kısa devre zekâ oyunu oynarlar. Belki de bu bir tür kurnazlıktır. Ne yazık ki bu kurnazlık, tetiğini çektiği tabancanın kurşunları kendisine isabet eder.

İşinizi yaparken duygusal mantıklı olunuz. Karar verirken bilimsel mantıklı olunuz. Çünkü iş yaparken duygusallık işe odaklanmanı sağlarken, karar verirken bilimsellik de seni sübjektif yaklaşımdan korur.

Kurnaz çıkar peşinde koşar, akıllı kişi yarar peşinde koşar. Çıkar, geçici ve zahiridir. Yarar, gerçek ve kalıcıdır. Ayrıca yargılayan yargılanmaktan korkan kişidir.

BİLİNÇALTI NASIL DÖNÜŞÜR?

Yaşamınızda patinaj yaptığınız alanlardan kurtulmak için bilinçaltınızı dönüştürmek zorundasınız. Hiç düşündünüz mü, bilinçaltı nasıl dönüşür?

Bir çocuğu, bir yetişkini, bir suçlu zanlısını, bir huysuzu dönüştürmek elbette sevgiyle mümkündür. Dönüşen aslında bilinçaltının kendisidir. O halde, bizim de bilinçaltımızı dönüştürmenin yolu ne kızmak, ne bağırmak, ne çağırmak ne de yargılamaktır. Bilinçaltı sadece ve sadece sevgiyle hem de koşulsuz sevgiyle dönüşür. Kimin bilinçaltını dönüştürmek istiyorsanız o kişiyi koşulsuz sevmeniz gerekir. Siz kendinizi dahi dönüştürmek için kendinizi de koşulsuz sevmek zorundasınız. Aksi halde bilinçaltınız size karşı ciddi bir direnç gösterecek ve dönüşümü engelleyecektir.

Kendinizi geliştirmek, kendinizi düzeltmek değildir. Bilinçaltı, kendini düzeltmek kelimesini sevmiyor. Çünkü düzeltilecek bir şey olduğuna asla inanmaz. Bu bakımdan onun suyuna gitmek ve onu geliştirmek en doğru yöntemdir. Kendini geliştirmek ise farkındalığın ta kendisidir. Farkında oldukça kendini geliştirirsin, bunu yaparken de koşulsuz sevgiyle başarabilirsin.

Birisine kesin olarak muhtaç iseniz ve asla başka bir çıkar yolu yoksa ne yaparsınız? Bu, patronunuz olabilir, cezaevinde gardiyan

olabilir. Askerde bir komutan olabilir. Ailede birisi olabilir. Okulda müdür yardımcısı, otobüste şoför vb.

Elbette onunla işbirliği yapmak zorundasınız. Bunun için de onun huyunu suyunu iyice tanırsınız, tanımaya çalışırsınız. İşte bilinçaltı da öyle. Bilinçaltı ile işbirliği yapmak zorundayız, huyunu suyunu öğrenmek zorundayız. Sevgiyle yola geliyor, sevgiyle işbirliğine açık. O halde kendi kazanımlarımız için bunu yapmalıyız.

Zor gibi gelebilir. Oysa hiç de öyle değil. Evrensel İlahi Sistem'de zerre miktarı kadar hata yok, açık yok hatta zorluk da yok. Sistem mükemmel bir mühendislik ve filozofi içeriyor. Sorun bizim algımızda, düz mantığımızın çıkmazında, bakış açımızın yöresel ve töresel oluşunda.

Haydi, kendinize bol bol sevgi verin.

Haydi, kendinizi sevgiyle kucaklayın.

2. BÖLÜM



ENERJİ, SEVGİ VE HİS YASASI

1. KISIM

Enerji Yasası

"Evrenin gizemini anlamak istiyorsanız, enerji, frekans ve titreşim cinsinden düşünün." Nikola Tesla

Sanırım birçoğunuz şu enerji kelimesini çok duymuş olmalı. Hatta yaşamınızda kullanıyor dahi olabilirsiniz. Şimdi ben bu enerji konusunu size gayet basit bir şekilde izah etmek istiyorum.

Kuşkusuz ki, ultra mega ötesi büyüklükte bir Evrensel Sistem içerisinde yaşamaktayız. Bu Evrensel Sistem'in ise yasalarla çalıştığını yukarıda belirtmiştim. Bu yasaların en temeli enerji yasasıdır. Kâinatta görülen ya da görülmeyen her şey sadece ve sadece enerjiden ibarettir.

Ruhumuz tek kelimeyle enerjidir. Ve bu ruhsal enerjimiz mekanizma olarak bilinçaltımızda yer almaktadır. Bilinçaltımız ise beynimizde bir mekanizmadır. Ruhumuz enerji olarak bilinçaltımızda işlevseldir. Bu ruhsal enerjimiz tüm hücre, atom ve DNA'larımıza kadar bağlantıdadır. Ölüm, ruhumuzun bilinçaltımızdan sıyrılıp bir kelebek gibi uçup gitmesidir. Ruhumuz bilinçaltımızdan ayrıldığında vücudumuzun tamamında tüm aparat bağlantılarından da ayrılır. Tıpkı bir binada elektrik kesildiğinde tüm ampullerin sönmesi gibidir. Bu ruh enerjisi bilinçaltımızı terk ettiğinde geriye bedensel camid cesedimiz kalır. Tıpkı elektriği kesilmiş ampul gibi. Bu konuda Yunus da derki, "ölen hayvandır, canlar ölesi değil." Ampulü beden gibi ampule verilen enerjiyi de ruh olarak değerlendirebiliriz.

Burada Rus yazar Tolstoy'un sözünü hatırlatmak gerek. Tolstoy, *"Sevgi neredeyse Tanrı oradadır"* diyerek bilinçaltı ve sevgi arasındaki ilişkiyi çarpıcı bir şekilde dile getirmiştir.

Şunu da belirtelim ki, Fizik bilimi gereği hiçbir enerji yok olmaz ve olamaz. Enerji başka formalara dönüşür, dönüşebilir. İnsan ruhu da enerji olduğuna göre ölüm sonrası bu ruhsal enerji yok olmaz ve olamaz. Başka bir sistemsel yapıda bir şekilde var olmaya devam edecektir. Hatta sonsuzdur. Bizim kültürümüzde ruhun sonsuzluğu cennet ve cehennem şeklinde izah edilmiştir.

Bilinçaltı demek, dediğimiz gibi bir yazılımdan ibaret enerji seviyesidir. Bilinçaltınızda bir şeyi pişirin, kokusu enerji olarak yayılacaktır.

Sevgi Yasası

Yukarıda bahsettiğimiz enerjinin mahiyeti ise sevgidir. Yani ruhumuz enerjidir, bu enerjinin içeriği ise sevgidir. Yani insan aslında sevgiden yaratılmıştır. Hatta şöyle diyebiliriz, Allah insan ruhunu sevgisinden sevgi ile yaratmıştır. Ve tüm evreni dahi sevgiyle yaratmıştır. Hatta bu sevgi tüm kâinatı tamamen kuşatmıştır. Evrendeki bu muazzam sistemler de sevgi ile var olmaya devam etmektedir.

İnsanın sevgiye meftun olmasının sebebi de budur. Çünkü sevgiden yaratıldık, zira özümüz sevgidir.

Benzer benzeri çeker.
Benzer benzerle beslenir.
Benzer benzere akar.
Benzer benzere bakar.

Aynılar aynı yerde,
Farklılar farklı yerde…

Bülbül güle konar,
Fare ve haşerat çöpe gider.
Mayıs böceği b... batar.

O halde, özümüzdeki sevgi enerjisi de sevgiye bakar, sevgiye akar, sevgiyle beslenir, sevgiyi çeker, sevgiye çekilir.

Sevgiye meftun olur.

Sevgi için Ferhat gibi dağları deler.

Leyla gibi Mecnun'u arar.

Mevlana gibi Mevla'yı arar.

Yunus gibi kendini arar.

Aşağıdaki resim Güneş Sistemi'dir. Güneş Sistemi'ne baktığınızda merkezde bir Güneş ve onun çevresinde gezegenler ve de milyarlarca yıldız görürsünüz. Milyonlarca yıldan bu yana merkezde bir Güneş çevresinde gezegenler ve yıldızlar sapmadan, şaşmadan, dökülmeden milyonlarca yıldan buyana yörüngelerinde dönüp durduklarına göre, bu sistemi böylesine bir arada tutan bir manyetik enerji olmalıdır. İşte o manyetik enerji Fizikte izah edilen sevgi enerjisidir. Allah, sevgisi ile tüm evreni her zerresine kadar kuşatmış durumdadır.

Biz insanoğlunun ruhu sevgidir. Tüm evren de sevgi ile kuşatıldığına göre hem biz sevgiyiz hem de sevgi içerisindeyiz. Hatta biz insan dâhil tüm varlık sevgi denizinde yüzmektedir. Bu denizde oksijen kaynağı sevgidir. Sevgi azaldıkça oksijen azalması gibi hastalıklar, sıkıntılar ve afetler yaşamaktayız.

Bunu şöyle de düşünebiliriz, aşağıda gördüğünüz Güneş Sistemi sadece Samanyolu Galaksisi'ndeki sistemlerden sadece bir tanesi olduğuna göre ve yukarıda bahsettiğimiz üzere tüm evren büyük bir bilgisayardır. Biz de bu büyük bilgisayarın prototip parçalarıyız. Bizde meydana gelecek herhangi bir arıza durumu, büyük bilgisayarı da olumsuz etkilemektedir. Büyük bilgisayar adını verdiğimiz bu galaksiler ötesi büyük evren bizim sevgi dolu ya da sevgi yoksunu olmamızdan direk etkilenmektedir.

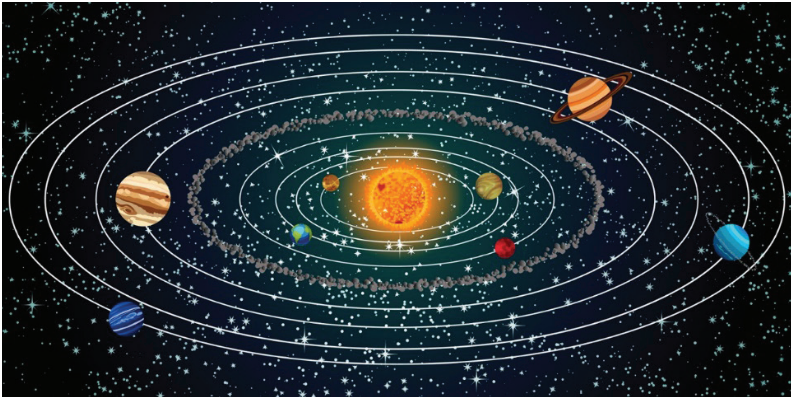
Eminim, kesinlikle eminim.

Yeryüzünde tek bir şey eksik.

O yoksa her şey eksik,

O varsa her şey tamam.

O yoksa hep açız,
O varsa hep tokuz.
O yoksa hep kavgalıyız,
O varsa hep mutluyuz.
❤ SEVGİ ❤
O halde sevin, sevinin, sevindirin...



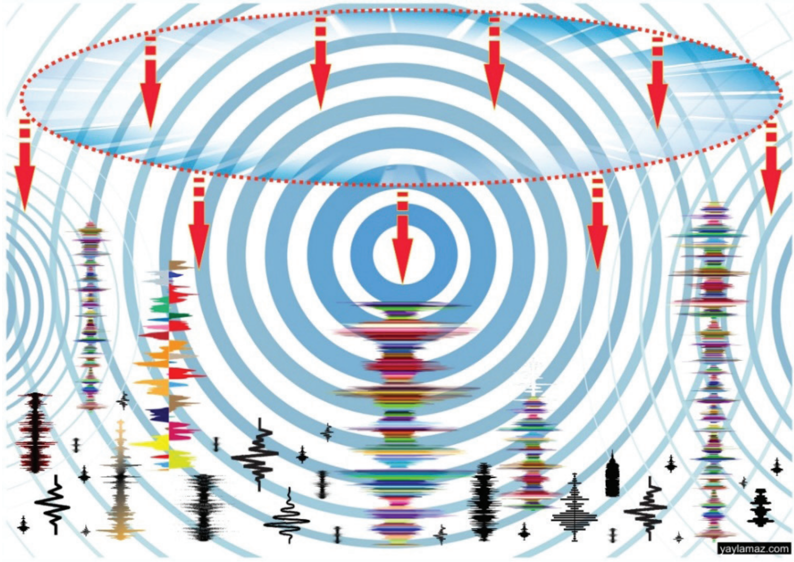
Resim 4 - Güneş Sistemi

His Yasası

Yukarıda bahsettiğimiz enerji, insan için psikoloji bilimi ile izah ettiğimizde his şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Aslında iç dünyamızda hissettiğimiz enerji dalgalarıdır. Bu bakımdan hissettiğimiz sevgi, aşk, korku, kaygı, üzüntü, sevinç, keder, coşku, özlem gibi duygular enerjinin çeşitli boyutlarıdır. Hâsılı enerjidir.

Şimdi lütfen aşağıdaki resmi iyice inceleyiniz. Resimde gördüğünüz titreşim şeklindeki enerjilerin her birisi bir insandır. Ve ilginçtir ki, evrensel sistem bizi enerji olarak algılamaktadır. Bizim sadece bilinçaltımızdaki enerji düzeyimizi ve niyetimizi algılamaktadır. Onun dışında biz insanların izafi olarak atfettiği sağcılık, solculuk, ırkımız, milliyetimiz, siyah ya da beyaz oluşumuz, müdür ya da memur oluşu-

muz, işçi ya da patron oluşumuz sistem tarafından algılanmıyor. Yani sosyal sınıflandırmamızı gökler algılamıyor. Sistem bizim niyetlerimizi ve bilinçaltı inançlarımızı ve hislerimizi algılıyor.



Resim 5 - Enerji Frekans

Şekilde gördüğünüz kimi enerjiler yüksek, kimi enerjiler oldukça düşüktür. Sistem, sizi enerji boyutunuzun yüksekliğine göre algılar. Ne kadar yüksekse size öyle davranır. Enerjisi yüksek olanlara adeta torpil yapar. Düşük olanlar da sinyal yetersizliğinden bazen tanınmaz bile. Ve enerji düzeyiniz ne kadar düşükse, yaşamınızda o kadar patinaj yaparsınız, sıkıntı ve sorunlar yaşarsınız.

O halde, anlaşılıyor ki coşku dolu ve bolluk bereket içinde yaşamanın sırrı enerji düzeyimizdedir. Hangi okulu okursanız okuyun, nereden diploma alırsanız alın, hangi işi yaparsanız yapın, siz siz olun enerjinizi yüksek tutun. Zira enerji yüksekliğinin okuduğunuz okul, aldığınız diploma, zenginlik ya da fakirlikle hiçbir ilgisi yoktur. Ama zenginlik ve fakirliğin enerjiyle ilgisi vardır.

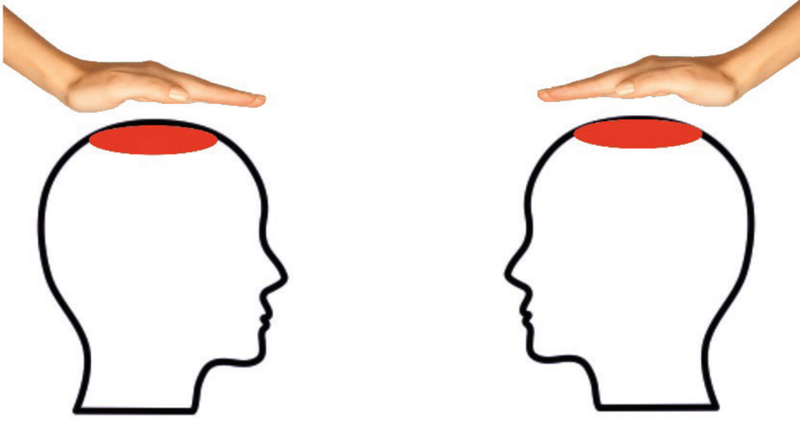
Gerçekten ve gerçekten mutlu olmak istiyorsanız, bolluk bereket içinde yaşamak istiyorsanız bunun yolu; ne okulda ne parada ne puldadır. Bunun yolu enerjinizi yüksek tutmakla ilgilidir. Kaldı ki, enerjinizi yüksek tutmayı başardığınızda okulları da okur, para da kazanır, yabancı dil de öğrenirsiniz. Fakat enerjinizi yüksek tutmadan okuduğunuz okulun, aldığınız diplomanın size ciddi bir katkı sağlamayacağını size buradan deklare etmek isterim. İnanmıyor musunuz? Şöyle bir çevrenize bakınmanız yeterlidir.

Enerjiyi Yüksek Tutmak Nasıl Olur?

Yukarıda enerjinizi yüksek tutun dediğimiz şey ne olabilir, nasıl olabilir?

Burada bahsettiğimiz ruhsal enerji sevgidir. Yüksek tutmamız gereken enerji de sevgi enerjimizdir. Sevgi enerjinizi yüksek tutmak sistem tarafından yüksek düzeyde tanınmak, bilinmek ve göklerden torpilli olmak demektir. Ve bu da tamamen size bırakılmıştır. İyi ya da kötü niyetlerimiz; yol, su, elektrik ve doğalgaz olarak bize geri dönecektir. İyi niyetli kişiler her zaman göklerden torpillidir.

Yukarıdaki resim 5'e baktığınızda kimi kişilerin sevgi enerjileri yüksek, kimi kişilerin sevgi enerjileri düşüktür. Yukarıdaki resimde de görüldüğü gibi sisteme bilinçaltımızdan bağlıyız, bilinçaltımızdan ise tepe çakramızdan bağlıyız. Şimdi kendi tepe çakramızdaki enerji düzeyini ölçmek ya da algılamak biraz zor olsa da yakınınızda bulunan kişilerin kafasının tam tepesindeki tepe çakrasına (bıngıldak) resim 6'daki gibi avuç içinizi tutunuz. Hissettiğiniz ısı miktarı o kişinin sevgi enerji boyutunu size ipucu olarak vermektedir. Bunu kendinizde de yapabilirsiniz. Eliniz orta sertlikte avucunuzun içini tam tepe çakrasına tutmanız gerekiyor. Avucunuz tepenize çok yakın olmalı, elinizi saçınıza kadar değdirebilirsiniz fakat deriye değmesin. Tutma süresi ise 5-10 saniye civarındadır.



Resim 6 - Tepe Çakrası

Tepe çakrası bıngıldak denilen yerdedir. Avucunuzu tuttuğunuzda göreceksiniz ki, bebek ve çocukların, içten güler yüzlü sevgi dolu ve iyi niyetli insanların tepe çakrasının daha sıcak olduğunu; somurtkan ve kötü niyetlilerin ise daha düşük olduğunu fark edeceksiniz. Ölmüş kişilerin tepe çakrası buz gibidir. Çünkü ruhsal enerji artık orada değildir.

Gökyüzünden 7/24, her an ve her zaman Sevgi Enerjisi yağmaktadır. Bu Sevgi Enerjisi'nden de kabınızın kapasitesi kadar doldurabilirsiniz. Özellikle geceleri Sevgi Enerjisi daha çok yağmaktadır (nur-enerji). Kimi özel gecelerde ise inanılmaz bir Sevgi Enerjisi sağanak olarak yağar. Sizin bilinçaltı kabınız buna ne kadar hazırsa o kadarını doldurabilirsiniz. Kimi kişilerin bilinçaltı şemsiye gibidir. Bunlar mutsuz, umutsuz ve somurtkan kişilerdir.

Bilinçaltınız özüne sevgiyi çekme konusunda büyük bir kazan gibi olursa ya da çok büyük bir göl yatağı gibi olursa o kadar çok sevgi enerjisini içine çekecek ve dolduracaktır. Fakat kazan ters ise ya da göl yatağının üzeri kapatılmış ise tüm bu sevgi enerjisi size

yine yağacak ancak bilinçaltı kabınız sevgi ile dolmayacak ve boşa akıp gidecektir. Tıpkı gökyüzünden üzerimize para yağıp fakirlikten ölmek gibi bir durum…

Ey insanoğlu! Sevgiye bu kadar mı inanmıyorsun? Gökten 7/24 sağanak şeklinde sevgi yağıyor, kazanı ters çevirmişsin ya da şemsiye tutmuşsun adeta ki, gökten üzerine yağan sevgiden nasibin yok. Dolduramıyorsun. Eyvah eyvah!..



Resim 7: Göklerden Sevgi Yağıyor

2. KISIM

Niyet ve Nazar

Yaşamı iki kelime ile özetliyorum; **niyet** ve **nazar**. Duygularımız otomatik duadır.

Nazar ise, “nazar etmek” anlamında değil, buradaki “nazar” kelimesinin anlamı “bakış açısıdır.” Bakış açısı hayati bir önem taşıyor.

Bir düşünün, evet gerçekten hayat iki kelimede gizlidir: Niyet ve Nazar. Niyet konusunu çözersen ve doğru bakış açısına ulaşırsan yaşam senin için ben diyeyim yürüyen merdivendir, sen de de ki, **uçakla uçmak** gibidir. Hatta de ki, füze ile gitmek gibidir.

Sorunlarımızı Zekâ ile Değil Bakış Açısıyla Çözeriz

Oğlumuza, kızımıza, arkadaşımıza, dostumuza, öğrencimize, eşimize bir sorunla karşılaştığımızda “zeki ol” demeyiz, “akıllı ol” deriz. Bankayı zekâ ile soyarsın, akıl ile de bunu soymaman gerektiğini bilirsin. Zekâ ile haksız kazanç elde edebilirsin, akıl ile “haydan gelen huya gider” bilirsin. Zekâ ile çalar çırparsın, akıl ile bunun bir gün önüne çıkacağını bilirsin.

Zekâ ile uyanıklık yaparsın, akıl ile basiretin kapalıdır bilirsin.

Zekâ ile şunu yaparsın, bunu yaparsın. Şöyle edersin, böyle edersin. Ama akıl yoksa ne yazık ki, doğru bakış açısına sahip değilsin demektir.

Bir şeyi zekâ ile kavrar, akıl ile karar veririz. Doğru bakış açısı hayat kurtarır.

Doğru bakış açısına sahip olunmayan bir zekâ “kurnazlıktan” ibarettir. Tilkiler de kurnazdır ama açlıktan kemiklerini sayarsın.

"Neyi bölüşemiyorsunuz,
Mallar sizin değil.
Niye dövüşüyorsunuz,
Canlar sizin değil." Mevlana

Dışarıda gördüklerimiz, içimizde fark ettiklerimizdir. İçimizde fark etmediğimiz hiçbir şeyi dışımızda göremeyiz. Bu kitabı görmüş olmanız dahi bir iç farkındalığınızı, bir iç görüyü ortaya koyar. Buraya Alphonse Karr'ın şu sözü çok uygun düşer doğrusu: *"İnsanlar gülün neden dikeni var diye isyan ederken, ben ise dikenin gülü var diye sevinirim."*

Ne kadar güzel bir söz değil mi?

İşte bakış açısı budur.

Niyet Ettim

Bilinçaltımızda bir anda ve her anda milyonlarca pasif niyetimiz vardır. Bu pasif niyetleri elektrik verilmemiş ampul gibi düşünün. Pasif niyetlerin hiçbirisi Evrensel İlahi Sistem tarafından net olarak algılanmadığı için gerçekleşemez. Ancak ne zaman ki bu milyonlarca niyetten bazı niyetler ön plana çıkar, yani karar verilmiş bir niyet haline gelir, onun enerjisi sistem tarafından algılanır ve bizim için yaratılır yani gerçekleşir.

O halde, ancak net niyetler Evrensel İlahi Sistem tarafından algılanır ve gerçekleşir.

Örneğin,

Sizin Cumhurbaşkanlığına bir mektup gönderme niyetiniz vardır. Henüz göndermediyseniz gönderme niyetiniz Cumhurbaşkanlığına ulaşmaz. Ta ki, mektubu Cumhurbaşkanlığına gönderirsiniz o zaman mektubunuz yetkililer tarafından açılır ve okunur, gereken yapılır ya da yapılmaz. Ancak Cumhurbaşkanlığına mükerreren yüzlerce mektup gönderirseniz orada seni daha çok ciddiye alacaklar ve gereğini yapacaklardır.

Milyonlarca pasif niyetimiz bilinçaltımızda kısık ateşte bekler ve pişer. Kimi niyetler kısık ateşte pişerken yani beklerken, ateş-

ten alınabilir. Bu durumda bu pasif niyet artık pasif niyet olmaktan çıkmıştır. Öyle ki bekleyenler arasında bile yoktur. Kısık ateşte pişmeye devam ederse bir gün gelecek ve pişecektir. Niyetimizin kısık ateşte pişmesi demek, şartların olgunlaşması demektir.

Korku, kaygı, inanç, arzu gibi tüm duygularınız otomatik olarak niyettir. Ayrıca bilinçaltı herhangi bir kodu emir olarak algılıyor. Şunu da bilin lütfen, niyet ettiğinizde yaşamın düğmesine basmış oluyorsunuz.

Niyet; otomatik duadır.

Sözler ve niyetleri sistem talimat olarak algılar.

Sistem hislerimizi muhatap alıyor. Tekrar edeyim mi? *Sistem hislerimizi muhatap alıyor.* Muhatap aldığı hislerimizi de talimat olarak algılıyor, dua olarak işleme koyuyor.

Bir danışanım kamudan emekli olmuş ve züccaciye ürünlerinin satıldığı bir dükkân açmıştı. Dükkâna çok az müşteri geliyor, gelenler de hiç bir ürün almadan çıkıp gidiyorlardı. Bu konuyu da çalışalım hocam dedi ve çalıştık.

Ne çıktı dersiniz?

Ekonomik kriz mi? Hayır...

Dükkânın yeri mi kötü? Hayır...

Peki ne?

Bu danışanım, dükkândaki ürünleri her gün hayranlıkla izliyordu, hep kendisinde kalsın arzu ediyordu, hiç kimse almasın şeklinde içinde yoğun bir his vardı. Neden ki acaba diye sorabilirsiniz; sıkı durun, bu danışanım bir hanımdı.☺

Bilinçaltı Yasası gereği, hislerimiz 7/24 otomatik olarak taranıyor, algılanıyor ve gereği yapılıyor. Yani biri bizi gözetliyor hem de her daim.

Yetmiş yaşında bir hanım danışanımın hayatında yüzlerce kez tekrar ederek yaşadığı çok ilginç bir sorunu vardı. Yaşamında her ama her şey yarım kalmıştı, kalıyordu. Tamamlanmış hiç bir şeyi yoktu. Her şey mi yarım kalır? Evet, her şeyi yarımdı. Yıllar önce bir ev sahibi olmak için giriştiği kooperatif ev, bitirilememiş ve ev

sahibi olamamıştı. Daha sonra İstanbul'dan aldığı villayı da teslim etmemişlerdi. Okul hayatı yarım kalmış, bitirememişti. İş kurmuş ve batırmıştı. Emeklilik için başlattığı SGK primleri de yarım kalmış ve emekli olamamıştı. Terziye sipariş ettiği kıyafet bile, kumaşın artık bulunamadığı gerekçesi ile yarım kalmış, çok şaşırmıştı. Evliliği de yarım yamalak giden hanımefendi, ilerlemiş yaşında da olsa, "Bu böyle olmamalı, bir şeyler ters gidiyor, sanırım benden kaynaklı" diyebilmiş ve soluğu ofisimizde almıştı.

Ne çıktı dersiniz?

Henüz 12 yaşlarındayken, pek haz etmediği komşularının hanımı ile tartışmaya girer. O dönem ortaokula gitmektedir. Okul çıkışı eve dönerken komşunun hanımı "Bana bak gız" der. "Senin annen var ya, böyle böyle dedi" der. Bunun üzerine annesini koruma refleksi ile olsa gerek ki "Hayır, hiç de bile. Benim annem asla öyle demez. Kesinlikle demez. Eğer dediyse, ne muradım varsa yarıda kalsın" diyerek adeta yemin eder. İşte çoktaan dilekçe gitmişti, yaşının ilerleyen zamanlarında gereği yapılacak, ettiği yeminli duanın yaratımlarına tanıklık edecekti ve etti de.

Henüz 32 yaşında olan diğer bir danışanım sevgili Ayla Hanım bakın ne diyordu: "Hayatımdan ve kaderimden memnun değilim." Ve bu artarak devam ediyordu. Yine bir keresinde şöyle demişti: "Ben şanslı bir insan değilim." Ve sürekli şanssızlıklar O'nu buluyordu.

Ağzınızdan çıkanı kulağınız duysun. Kulağın duyması için, iç farkındalık gereklidir elbette. Fark ettiğiniz anda gereğini yapınız. Geri adım atın, yeni adımı yayınlayın.

"Ekmek aslanın ağzında" şeklinde bir hissin ve inancın varsa, ekmeği aslanın ağzından alacaksın. Zor kazanacak, hayatın zorlukla sürecektir. Hele hele "ekmek aslanın midesinde" diye inanıyorsan, sürüm sürüm sürüneceksin. Çünkü senin bu inançların Evrensel İlahi Sistem tarafından "haydi beni süründür" şeklinde sipariş olarak algılanıyor.

Süründüğünüzde hiç öyle sağa sola bakmayın, derhal kendi içinize bakın. Yaşadığınız bu durumun tercümesi tam da oradadır. İsyan etme, itiraf et.

Bilinçaltına Bir de Buradan Bakalım

"Bir ben vardır benden içeru" diyen Yunus, bilinçaltını tarif ederken, yine Yunus "Ete kemiğe büründüm, Yunus oldum göründüm" diyerek tam da bilinçaltını tarif etmiştir. "Enel Hakk" diyen Hallac-ı Mansur da aslında bilinçaltını anlatmak istemiştir.

"Enthusiasm" kelimesi İngilizce bir kelimedir ve arzu, istek, coşku anlamlarına gelir. Arzu, istek ve coşkunun gerçekleştiği yer bilinçaltı olduğuna göre aslında enthusiasm kelimesi İngilizce'de bilinçaltı anlamına da gelir. Çok ilginçtir ki, enthusiasm kelimesinin aslı Latince'dir. Bu kelimenin Latince'deki anlamı ise "İçimizdeki Tanrı"dır.

Rus yazar Tolstoy da "sevgi neredeyse Tanrı oradadır" diyerek bilinçaltı ve sevgi ilişkisini çarpıcı bir şekilde dile getirmiştir.

Evrensel İlahi Sistem ile GPRS online bağlantı halindeyiz. Her birimiz özel bir barkod ile IP numarası ile takip ediliyoruz.

Evrensel İlahi Sistem ile Bilinçaltı eşgüdüm halinde çalışmaktadır.



Resim 8 - Bilinçaltı – Galaksi online bağlantı

Tüm bu açıklamalar ışığında diyebiliriz ki, büyük Evrensel İlahi Sistem (makro sistem) ile tepe çakramızdan bağlantı halinde olan bilinçaltımız (mikro sistem), ürettiği enerji ile direkt olarak Yüce Yaratıcı ile bağlantı halindedir. Bilinçaltımız Allah ile direkt ve her an sürekli ve kesintisiz bağlantı halindedir. Tepe çakramızdan Evrensel İlahi Sistem'le olan bağlantımız adeta bir bluetooth bağlantısı gibidir. Evrensel İlahi Sistem ile online bağlantı halindeyiz.

Kendi kendinize konuşmak nedir hiç düşündünüz mü? "Tanrı ile Sohbet" filmini izleyebilirsiniz.

ÖNCE KENDİNİ SEV (First Love Yourself)

Yukarda bahsettiğimiz sevgi enerjinizi yükseltmek için önce kendini sevmelisin. Haydi, kendini sevmekten korkma! Çünkü sen zaten sevgisin. Söyler misin bana, sevginin kendisi sevilmez mi? Sevginin kendisi sevgiyi hak etmez mi? Elbette eder.

Neden böylesin biliyor musun? Neden kendini sevemiyorsun bunu hiç düşündün mü? Çünkü çocukluğumuzdan bu yana kendimizi sevme üzerine bir kültürle büyümedik. Kendimizi sevmenin kibir olduğunu zannettik. Kendini beğenmek ile karıştırdık. Oysa biliyor musun? Kendini sevenden kibirli çıkmaz. Kendini sevmeyen kibirli olur, kendini seven haddini bilir. Kendini seveceksin ama beğenmeyeceksin. Kendini sevmenin ölçüsü kendinden ve kaderinden memnun olmaktır. Kendini beğenmenin göstergesi ise gelişmeye ihtiyaç duymamaktır.

Birisi sizi eleştirdiğinde,
Birisi sizinle ilgili olumsuz konuştuğunda,
Kendinizi kötü hissediyorsanız,
Kendinizden soğuyorsanız,
Siz kendinizi sevmiyorsunuz demektir.
Çünkü iyi hissetmenin ölçüsü bu değildir.
Başkasına değil, kendine kulak ver.

Kendinden ilham al, kendini sev.

Şimdi görüyor musunuz? Kendini beğenmek çok tehlikeli, kendini sevmek ise harika bir şeydir. Kendini seven haddini bilir, kendini beğenen kazanımları kendinden bilir. Kazanımları kendinden olmayan havalı olur. O da kişiyi kibre götürür. Sadece hafif şeyler havalanır. ☺ Evrensel İlahi Sistem de ona "havan batsın" şeklinde illaki bir cevap verecektir. ☺

Kendini seven kendisiyle barışık, sevmeyen savaş içinde olur. Kendini sevmeyince fazlaca beğeni ihtiyacı duyarsın. Kendini sevmeme açığını kendini beğenme ile kapatmaya çalışır ancak olamaz. Kendini hem sevmek hem beğenmek bir arada bulunamaz.

Vücut hatlarını beğenmek "**sevmek**" değildir. Manken ölçülerine sahip bir bedene sahip olmak kendini sevmek için bir gerekçe oluşturamaz. Kendini sevmenin şartı yoktur.

Kendini sevmenin en önemli ölçüsü iç doygunlukla kendinle barışık olmaktır. Kendinden ve kaderinden memnun olmaktır. Bir başka ölçü ise kendin için "Hayır" diyebilmektir. Her şeye "Evet" deme, her şeye "hayır" da deme. Ama şunu bil ki, gerektiğinde "hayır" diyebilmelisin. Gerektiğinde hayır diyebilen, kendini seven kişidir.

Gelincikler topla kendine,

Güneşler topla, çiçekler topla kendine.

En çok kendine yaşam topla.

Ve içindeki güneşe izin ver. Kendi güneşinin önünde durma, durmak isteyenlere de izin verme. Sev kendini, alabildiğine sev. Korkma, korkusuzca sev.

Sev ki, bencillikten sıyrıl. Bencil sadece "ben" der. Kendini seven ise "ben ve diğerleri" der.

Bizim kültürümüzde kendini sevmek, kendine bakmak, kendine iyilik yapmak, kendini mutlu etmek kavramları değil de, diğerkâmlık kavramı gelişmiştir. Bu yüzdendir ki vatan için ölmek, başkası için yaşamak gibi kültür ön plana çıkmıştır. Örneğin, "Bugün Allah için ne yaptın?" anlayışıyla yola çıkan birey, bunu da yanlış anlamış ve nesnel bir yaklaşımla hem Allah için bir şey yapmayıp hem de ken-

disini mutsuz etmiştir. Bu konu ve benzerleri, kitap içerisinde daha detaylıca izah edilmiştir.

Kendini sevince kendinle olan ilişkin iyileşir ve hayatın kolaylaşır. Kendini sevmeyen başka bir kimseyi de sevemez. İçerisinde sürekli insani bir coşku ve heyecan hisseden kimseler sevgi dolu kimselerdir. Böyle kişiler kimi ya da neyi seviyorsa içtenlikle seviyor demektir. Örneğin bir annenin çocuğunu sevemiyor oluşu eşyanın tabiatına aykırıdır. Ben böyle annelerle karşılaştım, işte onların asıl sorunu kendilerini sevmiyor olmaları. Eşinizi ve çocuğunuzu sevmek istiyor musunuz? Bunun yolu kendinizi sevmekten geçiyor. Yeryüzünde seni en çok seven, sen olmalısın.

Bir Kırıkkale Keskin türküsü ne diyor;

"Allı turnam bizim ele varırsan,
Şeker söyle kaymak söyle,
Eğer bizi sual eden olursa,
Şeker söyle kaymak söyle."

Ne kadar güzel değil mi?

Haydi, şimdi kendine şeker söyle, kaymak söyle, bal söyle.

Kimse kendisini sevmesi gerektiğini dahi bilmiyor. Hatta kendisini sevmenin günah olduğunu düşünenler dahi var. Yine çalışma yaptığımız bir hanımefendi kendini sevme dosyasını çalıştıktan sonra şöyle bir cümle kullandı: "Kendimi ağır bir komadan uyanıyor gibi hissediyorum hocam." Yine terapi seansları yaptığımız akademisyen bir beyefendi bu dosyayı çalıştıktan sonra, "mutsuzluğumu maskelemek için akademik çalışma yapmayı tercih etmişim." şeklinde konuşmuştu. Ve eklemişti: "Doktorayı bitirdim ama mutsuzum."

– Mutlu olmak istiyor musun?

– Canlıları sev.

– Daha çok mutlu olmak istiyor musun?

– Yaşamayı sev.

– Daha daha çok mutlu olmak istiyor musun?

– Kendini sev.

– Mutsuz olmak istiyor musun?

– Sevgi bekle.☺

Sevgi Dilenciliği

Kendini sevmeyen çoğunlukla dış dünyadan sevgi dilencisi oluyor. Dış dünyadan sevgi dilenmek için de bilin bakalım bilinçaltımız nasıl bir kod ile çalışıyor?

Dramatik ama söylemek zorundayım. "Başarılı olursam, doktor ya da doçent olursam, üniversiteyi bitirirsem, öğretmen olursam, zengin olursam, işe yarayan birisi olursam, iyi bir anne iyi bir evlat olursam, güzel olursam, yakışıklı olursam, uzun boylu olursam, pahalı cep telefonuna sahip olursam gibi bilinçaltı kodlarımızla, insanlar bana ilgi ve sevgi gösterirler" şeklinde bir önyargıya sahibiz.

Sizi temin derim ki, size çok büyük iddia ile söyleyebilirim ki, size tüm içtenliğimle haykırmak isterim ki;

Ne yaparsanız yapın, nasıl bir başarı elde ederseniz edin, kesinlikle ve kesinlikle eğer kendinizi sevmiyorsanız ve dahi kendinizi sevgiye layık görmüyorsanız bir başkasından asla ilgi ve sevgi göremeyeceksiniz. Görseniz bile hissetmeyeceksiniz. Zaten birilerinin sevgisini kazanma refleksiniz, kendinizi sevmediğinizin net bir ispatıdır.

Söyleyin bana başarılı olduğu için kimi seviyorsunuz.

Hiç.

Seversiniz, sonra başarılı birisi v.s. diye gerekçe gösterirsiniz. Hepsi bu.

Kendini sevmeyen, kendini sevdirmeye çalışır. Kendini sevmeyeni de zaten hiç kimse sevmeyecektir. Zaten kendini sevgiye layık birisi olarak görseydin kendini sevdirmeye çalışmayacaktın. Kendini sevdirmeye çalışma çabaların sevilmeyeceğine inancının göstergesidir.

Hiç içiniz acımasın, hiç canınızı sıkmayın, gerekli yüzleşmeleri yaşayın ama daha öteye gitmeyin. Şimdi beni iyi dinleyin; her şeyin dizgini sizin elinizde, sevginin de ilginin de…

Sevmek de dövmek de övmek de sövmek de ilgidir. Siz sevgiyi seçin.

Bilinçaltı yasasını hatırlayın, dış dünyadaki olaylarda ve kişilerde boğulmayınız, size bazı durumları yaşatan kişi, durum ve olayların enerji karşılığının yer aldığı bilinçaltınıza odaklanın. Kendinizle yüzleşin, kendinizi tanıyın, kendinizi sevin, görün bakalım dış dünyada neler değişiyor, şaşkınlıkla ve hayretle izleyin, keyfinize bakın. İçinizde sörf yapın, yüzmeyi de deneyebilirsiniz. ☺

Not: Çalışmayın, üniversite okumayın, akademik çalışma yapmayın, zengin olmayın demiyorum. Bunların hepsini yapınız ama duygusal ve zihinsel bakımdan sağlıklı bir bilinçaltıyla yapınız. Başkaları için değil, başkasının sevgisi ve ilgisi için değil, başkasının takdiri için değil, kendinizi iyi hissetmek ve kendinizi gerçekleştirmek için yapınız. Bu hem daha sağlıklı olacak hem de daha başarılı olacağınız kesindir. Daha da önemlisi bu şekilde daha doygun ve daha mutlu olacaksınız.

Sevgi dilenciliğine örnek olarak yüzlerce şarkı sayabiliriz. Yıllardır Bergen'den dinlediğimiz şu şarkı bunlardan birisidir:

İsyan eden kalbimi biraz olsun duy yeter,

Aşka susayan gönlümü seveceksen sev yeter,

Feryad eden kalbimi biraz olsun duy yeter,

Aşka susayan gönlümü seveceksen sev yeter.

Sevgisizliğin Çaresi

Sevgisizliğin çaresi, zannedildiği gibi sevilmek değildir. Çare kendini sevmektir. Çünkü kendini sevmeyen, sevilmez. Çünkü kendini sevmeyen, sevgiye inanmaz. Çünkü kendini sevmeyen, sevildiğinde de bunu hissetmez. Çünkü kendini sevmeyen…

Kendini sevmeyen kimseyi sevemez. Kendini sevmeyeni kimse sevemez. Kendini tanı, seveceğinden eminim. Kendini tanımadığın için sevmiyorsun. Tanısan sen de seversin. ☺

Çoğumuzun "seni çok seviyorum" demeleri "sevgisizlik ve değersizlik hislerini seninle tatmin ediyorum" anlamına geliyor. Belki de kendimi sevmememin acısını "seninle pansuman ediyorum" anlamına da gelebilir.

Kendini sevmeyen kişi, fazla seviyormuş eğiliminde olur. Fazla seviyormuş eğilimi de fazla sevilmemiş ve fazla sevilmek istiyor anlamına gelir. Aşkları patolojik geçebilir. Aşkına aşırı emek verir. Gözünde fazla büyütür. Ve sistemden şöyle bir cevap alır:

"Hoop bi dakka, bildiğin gibi değil." "Beni o kadar büyütme." Ve sevgilisi onu terk eder.

Sonra Zeki Müren'in seslendirdiği Avni Anıl'ın şu şarkısını söyler:

Mihrabım diyerek sana yüz vurdum,
Gönlümün dalında bir yuva kurdum,
Yıllardan beridir yalvarıp durdum,
Sevgilim demeyi öğretemedim...

Gönlünde sevgime yer vermedin de
Yaban güllerini hep derledin de
Ellerin ismini ezberledin de
Bir benim adımı öğretemedim...

Sonunda hicranı öğrettin bana
Ben sana sevmeyi öğretemedim...

Sevgiye aç kişi, sürekli birilerini sırtında taşır. Bıraksa aslında yanından yürüyecek ama bunu yapamaz. Çünkü kaybetmekten korkar. Ve sırtında taşımaya devam eder. Sonra fena halde yorulur. Ve sonra;

Mümin Sarıkaya'dan "Ben Yoruldum Hayat" şarkısını söylemek zorunda kalırsın.

Bir Sivas Şarkışla türküsünde de şöyle der:
Yürü yalan dünya senden usandım
Goncaydım dalında har ettin beni
Onulmaz derdime dermandır sandım
Gadir bilmeyene yar ettin beni.

Ve merhum Neşet Ertaş da der ki;
Şu dünyanın vefasını görmedim
Geçti cahil ömrüm, bir murada ermedim
Eller gibi demi devran sürmedim.

Konuyu Şenay'ın şarkısı ile bitirelim.
Sev Kardeşim
Bak kardeşim
Elini ver bana
Gel kardeşim
Neşe getirdim sana
Al kardeşim
Ye, iç, gül, oyna.

İhtiyaç Başka, Muhtaçlık Başka

Kendini seven kişi sevgiye ihtiyaç hisseder.

Sevmeyen ise muhtaçlık hisseder.

Ne kadar önemli ve ne kadar ilginç değil mi? Ve Evrensel İlahi Sistem ve Bilinçaltı Yasası gereği, ihtiyacınız olan her şey karşılanır, muhtaç olduğunuz hiç bir şeyi elde edemezsiniz.

Evrensel Sistem, güvensizlik karşılığında verdiği cevap her zaman "Hayır"dır. Muhtaçlıkta güvensizlik vardır. İhtiyaçta ise akışa bırakmış ve tevekkül etmiş, güvenen bir ruh hali mevcuttur. Muhtaçlık duygusu, "yok, yok" demektir. Sistemde yok, yoktur.

Bir yokluğun giderileceğine inanmazsan yokluk hissi yoksunluk hissine dönüşür. Böyle olduğunda da yoksunluk hissi içinde boğulmak zorundasın. Bir yokluğun giderileceğini bildiğinde yoksunluk hissetmezsin. Yoksunluk hissetmenin sebebi hiç olmayacağı korkusudur. Ve yoksunluk hissiniz varsa derhal bunu güncelleyiniz ve varlık bilincine ulaşmalısınız.

Siz, yeryüzünde kudretli bir padişaha güvenmeseniz, o padişah sizi Fizan'a sürgün eder, zindana attırır ya da kellenizi vurdurur.

"Git, sistemi tanı, kudretimizi kavra ve öğren de gel" demek ister.

Yeşim Öğretmenin Ağlatan Hikâyesi

Güven duygusu olan bir bilinçaltı çok rahat çalışır. Bir danışanım Sevgili Yeşim Hanım, öğretmenlik yapıyor. Çocukluğu ve gençliği çok fakir fukara geçmiş. Amasyalı olan Yeşim Hanım, Erzurum Eğitim Fakültesi'ni bir yıl okuduktan sonra maddi sıkıntı nedeniyle bırakmak zorunda kalmış.

İki yıl aradan sonra bitmeyen azmi ile tekrardan sınava girip Ankara'da bir üniversitenin yine eğitim fakültesini kazanmıştı. Babası ve ailesi kızlarının haklılığı karşısında bir şey diyemiyorlar ancak bir çare de bulamıyorlardı. Zengin ama kıskanç olan amcası da oralı bile olmuyordu.

Tüm bu olumsuz koşulları görmezden gelerek, biletini ancak alabildiği halde, cebinde bir kuruşu dahi yokken büyük bir tevekkül ve vakar ile anne babasının gözyaşları arasında Ankara otobüsüne biner. "Meraklanmayın annem, meraklanmayın babam, Allah büyüktür" den başka söz bulamaz ve kendisinin de zar zor tutabildiği gözyaşları otobüs hareket edince boca olup akar.

Otobüs Ankara'ya doğru hareket eder. O sırada otobüste Neşet Ertaş'ın bir türküsü çalmaktadır, gözyaşları arasında yarım yamalak duyduğu türkü şöyle demektedir:

Sabreyle gönül sabırsız olma,
Cümleyi gönlüne yar eden vardır.
Darda kaldım diye umutsuz olma,
Yok iken dünyayı var eden vardır.

Gece karanlığını yararak ilerleyen otobüs, bir saat sonra bir yerden bir yolcu alır. Bu yolcu Yeşim'in yanında boş duran koltuğa oturur. Yaşı 60 civarında yaşlı bir amcadır. Bir müddet sonra o yaşlı amca cebinden bir tomar para çıkarır ve Yeşim'e dönerek "Kızım senin paraya ihtiyacın var, sen al bu parayı, sonra ödersin" der.

Mucizeye bakınız.

Yeşim çok şaşırır. "Yok yok, benim ihtiyacım yok amca " dese de amca parayı zorla verir. Bir süre sonra bu amca otobüsü durdurur ve iner, sırra kadem basar. Uzun yıllar olmuştur halen Yeşim Öğretmen o amcayı hiç ama hiç görmemiş ve bulamamıştır.

Yeşim öğretmen, dört yıllık eğitim fakültesine böyle bir motivasyon ile başlar ve sonraki yıllarda da boş vakitlerinde ek iş yaparak okulunu okur ve bitirir. Şimdilerde güzel ülkemizin en güzel yerlerinden birisi olan Çorum'da çocukların kalbine giriyor, iyiliği, güzelliği, insan olmayı öğretiyor öğrencilerine.

O meşhur cimri amcası bu arada iflas eder, meteliğe muhtaç olur. Yaşlanır ve hastalanır, kendi çocukları bile bakmazlar. Yeşim öğretmen amcasının tüm hastane masraflarını üstlenir, onları ödemeden de evlenmez.

İhtiyacınız her zaman gelir, yapman gereken bir şey yok, sadece hissetmen gereken bir duygu var: *Güven*

Yeşim Öğretmene ve iyiliği, güzelliği, insan olmayı öğreten tüm öğretmenlere selam olsun.

3. KISIM

SEVGİ NEDİR?

Sevgi ne sevmektir ne sevilmektir? Sevgi, sevgi dolu olmaktır. Sevgi, sevgi dolu olmayınca gerçek sevgi değildir. Gerçek sevgi özneldir, içtendir, his karşılığı vardır. Sevgi dolu olmayan kişinin sevgisi de öznel değil nesneldir. Öznel sevgi karşılıklı kazanım içerse de, nesnel sevgi çıkar ve taraftarlık içerir. Sevgi dolu olmayan insanın sevgisi "sev beni" çığlığıdır. Sevgi dolu olmayan insanların ilişkileri bu yüzden pansuman ilişkilerdir. Sevgi dolu olmayan insanlar sürekli kanadığı için yara bandına ihtiyaç duyarlar. Ve sürekli yara bandı değiştirir gibi partner değiştirme eğiliminde olabilir. Yarayı iyileştiren her partner tıpkı yara bandı gibi sökülüp atılırlar.

Sevgi dolu insanın temel özelliği kendisini gerçekten sevmesidir. Kendini seven bir başka özne ya da nesneyi içtenlikle sevebilir. Kendini sevmeyen ise hiçbir kimseyi ve hiçbir şeyi gerçek anlamda sevemez. Sevgi dolu olmayınca anlamsız şeylere fazla anlam yüklerken anlamlı şeylerin de farkında olmayız. Yaşam anlamını yitirir, hayat keyif vermez, arabesk ve niteliksiz bir yaşam sürdürmek zorunda kalırız.

Sevgi dolu olmak, börtüye böceğe, canlıya cansıza, vara yoğa, olura olmaza, hâsılı her bir kimse ve her bir şeye içten sevgisini içtenlikle boca etmektir. Ve bu coşku dolu sevgi onun elinde değildir. Zaten sevgi dolu olduğu içi taşar.

Sevgi dolu olmayınca altı delik bidon gibiyiz, dolmayız, doymayız. Hatta kimse bizi doyuramaz. Ve hatta sevgi dolu olmayan kişiyi hayatınıza aldığınızda onu doyuramazsınız. Gerçek sevgiyi barındırmadığından bilinçaltınız da ikna edemez. O yüzden ne yapıp edip biz sevgi dolu olmalıyız, zira benzer benzeri çeker.

Bir Çin atasözü "Gülmeyi bilmiyorsan ticaret yapma" der. Çünkü somurtan kişi çekici değildir. Ticarette güler yüzlü olmak elzemdir. Ve haliyle sevgi dolu insanlar doğal iletişim becerisine sahiptir. O nedenle güçlü olmayı değil, sevgi dolu olmayı isteyiniz.

Çünkü sevgi varsa güce gerek yoktur,

Sevgi yoksa gücün gücü yoktur.

Sevgi, güçten de güçlüdür.

Ne diyelim,

Herkese bol bol sevgi dileriz.

Sevginiz bol olsun.

Sevgi size yol olsun.

Sevgisizlere oh olsun ☺ (Son cümlemiz küçük bir şakaydı)

Size bir şey anlatmak istedim; sevgi dolu bir insan hiç kimse için kötülük dilemez, dileyemez. Mümkün değildir. Yapamaz.

Sevgi dolu bir insanın başkasının acısından beslenmeye ihtiyacı yoktur.

Sevgi her şeydir. Sevgi tam doyum sağlar.

Paranın gücüne inanmak kişinin ne kadar güçsüz olduğunun göstergesidir. Bir kişi eğer sevgisiz ise paranın gücü diye bilinen bir illüzyona tapacaktır. Oysa paranın sevgi karşısındaki güç durumu, güç için güçsüz ve gülünç kalışı paranın güçsüzlüğü anlaşıldıktan sonra anlaşılır. Evet, paranın güçsüzlüğünü anlamak istiyorsanız sevginin gücünü fark ediniz.

Sevgi ve Zarafet, Güç'ten de güçlüdür. Çıplak güce tapanlar güçsüzdür. Çünkü sevgisiz güç, güç değildir. Gücünü göstermeye çalışmak güçsüzlüğün göstergesidir. Sevgisiz güç, kişiye güçlük çıkartır. Gözümüz sevgiye baksın, özümüz sevgiye aksın. Gözümüz sevgiyi görsün, özümüz sevgiyi örsün.

Şimdi size, bir süre önce kaleme aldığım, çocukluğumdan iki ayrı sevgi dolu anımı paylaşmak istiyorum.

Hiç Bitmese Horoz Şekerim

"Sevgili Uyduran amca, öncelikle selam eder ellerinizden hasretle öperim. Sizi çok özledim, kardeşim de özlemiş. Biliyorsunuz yarıyıl tatili yaklaşıyor. Ben ve kardeşim burada köyde çok sıkılıyoruz. Dördüncü sınıfa geldik halen daha hiç şehir görmedik. Bisiklete binmedik. Treni görmedik. Bu tatilde gel bizi Adana'ya götür de gezdir e mi Uyduran amca?"

Yukarıda özetle sunduğum mektup, bana ait değerli okurlar. İlkokul 4. sınıfta akrabalardan biri köyümüzden Adana'ya giderken elden gönderdiğim mektuptur. Çünkü bahsi geçen yıllar 1978 ve bizim bölgemize o yıllarda henüz posta gelmiyordu. Bir hafta sonra Uyduran amcamız, yine köyümüze gelen birisi ile cevaben şu mektubu göndermişti:

"Sevgili yeğenim Selahattin, mektubunu aldım. Gözyaşlarına boğuldum, ben de sizi çok özledim. İki hafta sonra gelip sizi köyden alıp Adana'ya götüreceğim. O zamana kadar annenizi babanızı üzmeyin olur mu? Derslerinize de iyice çalışın. Çok çalışkan olduğunuzu zaten biliyorum, sizinle gurur duyuyorum. Mektubun yanında iki tane tüp çikolata gönderiyorum. Bu çikolatalar yeni çıktı. Adana'da bile yok, ben sizin için İskenderun Demir Çelik Fabrikası'ndaki ustama aldırdım. İstanbul'dan gelirken getirmişti. Çikolataları ben gelinceye kadar yiyin. Sonra ben sizi gelip alacağım, tamam mı yeğenim…

Haydi, gözlerinizden öperim. Kalın sağlıcakla… "

Çikolatalar inanılmazdı, masal yiyeceğine benziyordu. Biz de kardeşimle masalsı bir his ile inanılmaz büyülenmiş ve mutluyduk. Hayatımızda hiç çikolata yememiştik, dünyalar bizim olmuştu. Günler geçiyor ve bizim gözlerimiz yollardaydı. Tam bir hafta sonra bir cuma günü öğleden sonra Uyduran amca İskenderun'dan iş çıkışı köyümüze geldi. Hiç durmadan bizi aldı ve o zamanlar kervan geçmez kuş uçmaz köyümüzden arabanın hiç işlemediği yıllarda ne yapıp edip araba bulmuş ve bizi akşam olmadan Adana'ya, evine götürdü. O yolculuk ve o gece tam bir masal gibiydi.

Size anlatmak istediklerim elbette ki bunlar değil. Yakın zamanda ailemizin bir töreni için İstanbul'a gelen ve yaşlandığı halde mütebessim simasıyla halen hayranlığımızı üstüne toplayan Uyduran amcamın çocuk sevgisi. Belki daha önemlisi İnsan Sevgisi...

Uyduran amcam o zaman bizi bir hafta bekâr evinde misafir etmişti. Henüz evlenmediği için hep birlikte oynuyor, keyifli zaman geçiriyorduk. Bir hafta boyunca Adana'yı gezdirdi. Kendi bisikletine bindirdi. Trene bile bindirdi. Yemekler yedirdi, Adana'nın meşhur Bici Bici tatlısından da yedik. İnanılmaz güzel geçen günler ne güzeldi, bir hafta çabuk geçti. Bizi tekrardan köyümüze bıraktı.

Ama Uyduran amcayı tüm ömrümüzce hep sevdik. Ömür boyu onu dinledik. Ne dediyse bizim için doğruydu. Her zaman hürmet ettik. Tüm sıkıntılarında, aile programlarında ailecek ve istisnasız yanındaydık. O da bizi hep sevdi. Sevmeyi ben önce rahmetli Babaannemden, sonra da Uyduran amcadan öğrendim. Aslında tüm aile için geçerli bu.

Bu arada Uyduran amca, öz amcamız da değil. Babamın dayısının oğluydu ama kimsesiz olduğu için babamla beraber büyümüştü, biz de O'na amca diyorduk.

Bize ayırdığı zaman sadece bir haftaydı. Kalbimizdeki sevgisi ise ömürlük... Bize sadece bir hafta ayırdı, biz ona ömrümüzü verdik. Bize sadece bir hafta masalsı bir hayat yaşattı, biz onu hep masallardaki gibi sevdik. Bizim için bir haftasını ayırdı, biz ona zaman ötesi yakın olduk. Bizim için olsa olsa şimdiki parayla 300 TL harcamıştı, bizim kalbimizde paha biçilmez bir değer bıraktı.

Geçen hafta marketten kahvaltılık bir şeyler alırken, tüp çikolatayı görüp halen daha içimde sevgi, gözümde yaş belirince "bir çocuğun kalbine girmek ne kadar da kolaymış," diye düşünmeden edemedim.

Evimizde misafir olan Uyduran amcaya bu sabah bir sürprizim vardı. Kahvaltı masası hazırdı. Ve gizlice onun tabağına bir tüp çikolata koydum. Uyduran amca bu sürpriz karşısında duygulanmış ve kelimelerin kifayetsiz kaldığı bir ruh haliyle ayağa kalkıp ıslak gözlerini sile-

rek "Yahu çocuklar bir çikolatayı bu kadar büyütmeyin yahu" diyerek tevazu göstermişti. Ben ve hikâyeyi bilen çocuklarım da kalkıp Uyduran amcanın elini öpmüştük.

O sabah kahvaltıda hepimizin kalbi sevgiyle dolmuş ve sevgiyle doymuştuk. Hayatta gerçek olan sadece iki şey olduğunu düşündüm o sabah. Sevgi ve ölüm...

Cahit Sıtkı Tarancı'nın bir şiirini sizinle paylaşıyorum.

Not: Soyadı "Uyduran" olan amcamıza biz hep böyle hitap ediyorduk. Çünkü bölgede ona herkes öyle diyordu. Adını söyleyen olmazdı. Öz amcamız olmayan Ahmet *Uyduran'ı, amca kadar yakın bulduğumuz için biz ona amca diye hitap ediyorduk. Doğrusu o da bize amcadan bile öte davranıyordu.*

ÇOCUKLUK

Affan Dede'ye para saydım,
Sattı bana çocukluğumu.
Artık ne yaşım var, ne adım;
Bilmiyorum kim olduğumu.
Hiçbir şey sorulmasın benden;
Haberim yok olan bitenden.

Bu bahar havası, bu bahçe;
Havuzda su şırıl şırıldır.
Uçurtmam bulutlardan yüce,
Zıpzıplarım pırıl pırıldır.
Ne güzel dönüyor çemberim;
Hiç bitmese horoz şekerim!

30 Ocak 2017, İstanbul

EYLÜL'DE GEL

Yine bir Eylül ayı daha geldi. Benim çocukluğumda Çukurova'da eylül demek inanılmaz bir şenlik demekti. Sebzelerin, meyvelerin, yer fıstığının ve daha birçok ürünün hasat zamanıydı. Bu bereket ayında herkesin yüzü güler, çocuklar yeni bozulmuş bağlarda cennete benzer bir şenlikle oynarlar, arta kalan bağ ürünlerini bulmaktan büyük keyif alırdık. Bozulan pamuk tarlaları içerisinde unutulmuş karpuz teyekleri ararkenki heyecanımız şimdiki çocuklara masal gibi gelir anlatsam. Sabah evden çıkıp, akşam gelinceye kadar o bozulmuş bağ senin bu bozulmuş bağ benim tüm mahalle arkadaşları ile fink atardık. Akşama kadar hiç aç kalmaz, en organik besinlerin enfes lezzetlerini bolluk içinde tüketirdik.

Bulgurların kaynatıldığı, mısır ununun yapıldığı, bizde pişenin komşuya, komşuda pişenin bize de düştüğü yıllardı o yıllar. Ve eylül ayı sadece sarı yapraklarıyla değil, elbette okulların açılmasıyla aklımızdaydı. O yıllarda okul demek, oyun oynamanın başka bir bahçesiydi. O yıllarda okul demek annelerle çocuklar arasında karabasan değildi. O yıllarda okul demek, sabahları organik besinlerle yapılan kahvaltıdan sonra, annemizin okulda acıkınca yiyelim diye çantamıza koyduğu köy ekmeği ve yanındaki bir avuç zeytin ve belki biraz da pekmez demekti. O yıllarda okul demek, sabahları uyanamayan annelerin henüz olmadığı, geç yattığı için sabah kahvaltısı canı çekmeyen çocukların henüz doğmadığı yıllardı. O yıllarda okul demek, okul kantininde hamburger, cips gibi zararlı gıdaların satılmadığı, abur cuburla karnımızı doyurmadığımız yıllar demekti.

Benim çocukluğumda okul demek, çözdüğü sorular kadar sevgi gören, sonraki yıllarda da psikolojik travma yaşayan bir nesil demek değildi. O yıllarda okul demek, "Çok ödev veren öğretmenin iyi öğretmen olduğu" inancıyla cahilliğimizi süslediğimiz yıllar değildi. O yıllarda okul demek, öğretmenlerin değer gördüğü yıllardı. O yıllarda değer gören öğretmenlerin nasıl da samimiyetle, gocunmadan hatta büyük bir

keyifle öğrencinin burnunu sildiği yıllardı. O yıllarda henüz öğretmenler maaş hesabı yapmıyorlardı, adam Yetiştirmenin telaşındaydılar.

O yıllarda eylül demek, Çukurova'da pamuk, fıstık, Gaziantep'te antepfıstığı, Giresun'da fındık, Erzurum'da buğday, Çorum'da kavun, Aksaray'da patates, Amasya'da elma demekti. Ama hepsinde de yeni sezonu açan okullar, dudaklarda tatlı bir tebessümdü. Üst sınıfa geçen öğrencilerin, eski kitaplarını iyi kullandığı ve gelecek sene komşunun çocuğuna keyifle hediye ettiği yıllardı. Ve o yıllar elbette henüz Akademik düşünemeyen, analitik yorum yapamayan çocukların, akademinin ve analitiğin ötesinde "Kötülük" nedir bilmeyen, sadece "Memleket" sevdasını bildikleri yıllardı. Evde pek okumuş kimselerin olmadığı, ilkokul mezunu sevgi ustası annelerle, hiç okumamış bilge dedelerin ocak başında oturduğu masalsı yıllardı.

Mahalle arası arsalarda oyunlar oynanan, oyuna ve arkadaş iletişimine doymuş çocukların ilk akşamdan huzurla uyuduğu yıllardı.

O yıllarda makam, rütbe nedir bilmediğimiz, çevremizde "adam" gibi kocaman Bilge Çınarların gölgesinde serinlediğimiz yıllardı.

O yıllar, henüz seküler projelerin start almadığı, güya bilim çağında en akademik tahsilleri görüp de "Cilalı Cehalet" dönemini yaşamadığımız yıllardı. "Zeki Müren de bizi görecek mi" tarzında teknik cehaletimiz olsa da; o yıllarda henüz gündüzleri hamasi nutuklar atıp sonra akşamları Dominik'ten yapılan saçma yayınları izlemediğimiz yıllardı.

Benim çocukluğumda eylül demek, hayâ damarımızın sağlam olduğu, utanmanın erdem kabul edildiği yıllar demekti. Henüz Alpay'ın "Eylülde Gel" şarkısını yazmadığı yıllar demekti.

O yıllar;

Öğretimin okulda, eğitimin ailede verildiği yıllardı.

Bu yıllar mı?

Yorum sizin efendim.

Selam ve muhabbetle…

1 Eylül 2016, İstanbul

Enerji, His, Arzu, Niyet

Bilinç üstünde düşündüğümüz hiçbir istek gerçekleşmez. Çünkü bilinç üstünde düşündüğümüz isteklerin enerji karşılığı yoktur. Sadece camid ve mekanik bir istekten ibarettir. Bu yüzden artık lütfen isteklerini ciddiye almayın ve hiç peşinden koşmayın.

Madem bilinç üstündeki istekler gerçekleşmiyor, peki o halde ne gerçekleşiyor ve ne yapmalıyız? Bilinç üstündeki istekler gerçekleşmez. Bununla birlikte bilinçaltındaki arzular gerçekleşir. Neden? Çünkü arzunun karşılığında bir enerji vardır. Yani demek istiyorum ki, arzu enerjinin ta kendisidir.

Bilinç üstü→İstek→Enerjisi yok→Sistem algılamaz→Gerçekleşmez.

Bilinçaltı→Arzu→Enerjisi var→Sistem algılar→Gerçekleşir.

Arzu→Enerji→His→Niyet

Bundan böyle bu konuya lütfen şöyle bakınız;

İçinizdeki her his enerjisi olan bir arzudur ve bu aynı zamanda niyettir.

Örneğin;

Korku ve kaygı→Enerji karşılığı var→Otomatik arzudur→Histir→Niyettir.

İçinizde hissettiğiniz her korku ve kaygı duygusu otomatik olarak niyettir.

Bundan sonra lütfen tüm hayatınızda şuna dikkatle bakınız. Ne yaptığınızın aslında hiçbir önemi yok. Yaptığınız şeylerdeki ya da yaşadığınız her şeyde hislerinize bakınız. His tam bir navigasyondur, pusuladır. Ve her zaman kesintisiz tam doğruyu gösterir. His, arzu, enerji ve niyet... Bunların hepsini bir arada düşününüz.

Bir fakire beş lira yardımda bulunmanın hiç ama hiçbir değeri yoktur. Bu değeri hislere bakarak anlarız. Gerçekten içtenlikle birisine beş lira yardım etmek iyiliktir, güzelliktir, sadakadır ve sevaptır.

Ama niyet yoksa namaz spor, oruç diyettir. Çünkü hisleriniz direkt Arşı Alaya gidiyor.

Birisine rahmet dilerken sistem sosyal medya paylaşımınıza değil, bir Fatiha okuyor musunuz, ona bakıyor. İstemeden gittiğiniz düğünde görünmezsiniz. Çünkü siz oradasınız ama enerjiniz orada değildir. O yüzden istemediğiniz bir yere gidip de boş yere kendinizi yormayın.

İronik ve Kronik Bilinçaltı Deneyimleri

Deneyim 8 (Şirketini batırmak için kurtarmaya çalışan Aziz Bey'in öyküsü)

Bir gün telefonum çaldı ve karşımda hoyrat bir ses "Alo, hoca hoca… Şimdi benim buuu bir şirketim var. Yani yıllık cirosu elli milyon dolar falan. Son üç yıldan buyana (2014-2015-2016) yıllık iki milyon dolar küçülmeye başladı. Hangi uzmanı getirdiysek ve hangi yöntemi denediysek başarılı olamadık, küçülme aynen devam ediyor. Ve şirkette başka sorunlar da baş gösterdi. Vallahi hoca kusura bakma, burnumdan soluyorum. En son bir arkadaş sizi önerdi. Bu işi sadece benimle çalışarak çözüyormuşsunuz, bunun gerçeklik payı var mı?" dedi.

Ben de "Evet, olabilir" dedim.

Ben böyle söyleyince telefonun karşındaki hoyrat ses biraz daha kabardı ve "Ne yani hoca, bu şirketi ben mi batırıyorum" dedi.

Ben de yine "Olabilir" dedim.

Bir daha hayretle, hoyratça hatta kızgınlığını gizlemeye çalışarak "Bu nasıl olabilir, bir insan kendi şirketini batırmak isteyebilir mi?" dedi.

Ben yine "Evet, tabi ki olabilir" dedim.

Bunun üzerine "Ya hoca, neyse kafam bozuk, ben gerekirse yine sizi ararım" dedi ve telefonu kapattı.

Telefonda konuştuğumuz bu kişi ulusal çapta büyük bir markanın patronu olan Aziz Bey'di. Fabrikasında ürettiği ürünleriyle ihracat işleri yapıyordu.

Bu kişi bir hafta sonra beni yine aradı ve randevu istedi. İlk görüşmemizde altı aylık danışmanlık programı yaptık. Altı ayda çok fazla çalıştık. Yaklaşık 10-15 günde bir bana geldi ve yoğun mesai ile çalıştık. Mesleki yaşamımdaki en zor danışanlarımdan birisiydi. Ama sonuçları güzeldi. Başarmıştık.

Bana ilk geldiğinde şirket yıllık iki milyon dolar küçülürken, altı ay sonra şirket iki milyon dolar küçülmeyi sıfırlamış hatta %15 de kâra geçmişti. Bu sonuçtan sonra ikinci altı aylık anlaşmayı yaptık. Ve ilk üç aydan sonra seanslara katılmadı. Sonra bir bayramda beni aradığında "Neden gelmiyorsun?" diye sorduğumda "Hocam, ben artık sistemi çözdüm, çok teşekkür ederim" demişti. Dikkat ederseniz eğer ilk telefon görüşmemizde "hoca hoca" diye hitap ederken artık "hocam" diyerek telefonu kapatmıştı. ☺

Şimdi gelelim Aziz Bey'in bilinçaltında neler vardı ve neler oldu?

Elli milyon dolarlık bir şirketin başında bulunan Aziz Bey, ailesiyle birlikte uzun yıllar içerisinde böylesine bir başarı elde etmişti. Ne var ki, son yıllarda fazla efor sarf ediyordu. Bir günde dört ayrı uçakla dört ayrı ülkeye gittiği oluyordu. Şirketin işleri onu çok yoruyordu. İç dünyasında bir takım hisler vardı ancak Aziz Bey bilinç düzeyinde bunların farkında değildi. Hislerinin farkında değildi ama hisler kesinlikle dediğini yaptıracaktı.

Aziz Bey'in bilinçaltında var olan hisler şunlardı:

- Çok yorgunum ve çok yoruluyorum. Bu şirket beni çok yormaya başladı.
- Kendimi bildim bileli çalışıyorum. Çalış çalış daha nereye kadar… Arkadaş eve bile gidemiyorum.

- Yurt içi ve yurtdışı seyahatler…
- İş toplantıları
- Aile sorumluluğu
- Sosyal sorumluluklar
- Şirketi daha da büyütme gerekliliği
- Rakiplerle mücadele
- Yurtdışında yeni pazarlar açmak
- Çalışanların sorunları
- Ve mutsuzluk…

Sonuç olarak Aziz Bey'in bilinçaltı, şirketi bırakıp rahat etmek istiyor ama bunu bilinçli düzeyde yapamıyordu. Eşine ve ailesine anlatamazdı. Ele güne karşı ne diyecekti. Rakiplerine karşı minderden kaçmış olacaktı. En iyisi şirket kendiliğinden batsın ben de özgürleşeyim şeklinde arzu etmişti bilinçaltından. Ne de olsa böyle olunca kimse yargılamayacaktı. Tabi ki bundan kendisinin yani bilinçli bilincinin hiç haberi yoktu.

Aslında bilinç üstünde şirketin kalkınması için elinden geleni yapıyor ve çok çalışıyordu. Gel gelelim bilinçaltı bu fikirle aynı istikamette düşünmüyordu. Şirketin üretim bandının büyümesi, pazar ağının genişlemesi için elinden geleni yapıyordu. Şirkette toplantı üstüne toplantı yapıyor, hatta çalışan beyaz yakalıları bıktırıyordu. Çoğu zaman sabah saat 07.00'da toplantılar yapıyor, esip gürlüyordu. Her hamlesinin sonucu boşa çıkıyor, müdürler bir bir istifa ediyor, kalanların motivasyonu düşüyor ve şirket üretim ve pazarlamada istenilen performansı yakalayamıyordu. Ve her geçen gün küçülmeye devam ediyordu. Aziz Bey her ne kadar bilinç üstünde şirketin kalkınması için çaba gösterse de bu çaba sistem tarafından algılanmıyordu. Çünkü enerji karşılığı yoktu. Oysa bilinçaltında büyük bir arzu vardı. O da şirketten kurtulmak ve özgürleşmekti. Bunun en iyi yolu da tüm çabalarıma rağmen şirket battı, kaderim böyleymiş deyip bir kenara çekilebilmekti.

Evrensel İlahi Sistem dediğimiz bu devasa yapı her bir insanın bilinçaltındaki hissi görüyor. Bu hissi elektronik olarak algılıyor ve gereğini yapıyor. Aziz Bey'in bilinç üstünde istediğinin enerji karşılığı olmadığı için sistem onu tanımıyor ama bilinçaltındaki hislerin enerji karşılığı olduğu için sistem tamamen onu algılıyordu. Çünkü Evrensel Sistem'in kendisi büyük bir elektronik bilgisayar gibi çalıştığına göre bizde var olan bilinçaltımızdaki arzu enerjisini görüyor ve onun gereğini yapıyor. Aslında bu her insan için her an geçerli olan kuraldır.

Farkında değiliz ama bilinç üstümüzden istediğimiz hiçbir şey gerçekleşmez çünkü enerjisi yoktur. Enerjisi olmadığı için gerçekleşemez. Arzu ise bilinçaltımızdaki histir. Ve sistem de bu arzuyu algıladığı için arzularımız gerçekleşir. Eğer arzularınız isteklerinizle çelişiyorsa biliniz ki arzularınız kazanacak.

İnsanların büyük çoğunluğu isteklerinin peşinde koşup arzularının içinde boğuluyorlar.

Aziz Bey'in de bilinçaltında şirketten kurtulmak vardı. Şirketten kurtulmak için de bilinçaltında zımni planlar çoktan yapılmıştı. Aziz Bey bunu öğrendiğinde gerçekten şok yaşadı. "Bu nasıl olabilir, inanamıyorum. Arzularımın zıddını istiyor, çabalıyor ve kendimi perişan ediyormuşum." diyordu.

Aziz Bey'e "Önünüzde iki yol var: Sizi bırakayım gidin, zaten bilinçaltınızın dediği olur ve şirket batacak. Sonra evde yatmak için çok vaktiniz olacak. Ya da bilinç altınınızdaki bu inancı değiştirip yeni gerekçeler yüklememiz gerekecek." dedim.

Aziz Bey de ikinci seçeneği tercih etti. Yukarıda anlattığım toplamda dokuz aylık danışmanlık süreci gerçekleşti. Aziz Bey erdi muradına, şimdi biz çıkalım kerevetine.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

Deneyim 9 (Necla ile Yakup çiftinin yaşadığı şok yüzleşme)

Henüz iki yıllık evli olduğu halde ofisime gelen evli bir çift danışanımın hikâyesidir bu.

Bana geldiklerinde kendi söylemlerinden iletişim ve ilişki sorunları olduğunu beyan ediyorlardı. Yani "geçinemiyoruz, anlaşamıyoruz" gibi benzeri şeylerdi. Ancak altından olağanüstü çok başka bir şey çıktı.

Necla ile Yakup çiftinin sorunu cinsel temelli bir sorundu. Ama hiç de tahmin edilebilecek bir şey değildi. Evet, Yakup Bey cinsel yetersizliği olan bir erkekti. Özür diliyorum, Necla Hanım halen bakireydi. Bu Necla ve Yakup çiftine baktığımızda Necla Hanım cinsel potansiyeli olağanüstü bir kadın olmakla birlikte Yakup Bey tam tersine cinsel bakımdan yetersizdi ve libidosu da çok düşüktü.

Fakat burada anlatacağım asla bu konu değil. Ve şimdi sıkı durun, işte anlatıyorum.

Necla Hanım lise yıllarının ilk zamanlarında bu yüksek cinsel potansiyelini fark etmiş ve kendisini dizginlemek, ertelemek ve bastırmak yoluna gitmişti. Ne var ki, dört yıllık lise ona bu bakımdan çok zor gelmiş, adeta yıllar geçmek bilmemişti. Üniversiteye geldiğinde ise bu cinsel libido tavan yapmış ve Necla Hanım üniversiteyi bitirir bitirmez evlenmeye karar vermişti. Okuduğu fakülteyi beş yılda bitirmiş, ütüne bir de iki yıl yüksek lisans yapmış. Hatta dört yıl da doktora için zaman harcamıştı. Üniversiteyi bitirince evlenmeyi gerçekleştirememiş, ancak yüksek lisans bittiğinde evlenebilmişti. Danışmanlığa geldiklerinde doktora çalışması da devam ediyordu.

Şimdi lütfen şuraya bakınız. Yukarıdan da anlaşılacağı gibi Necla Hanım cinsel libidosu çok yüksek bir kadındı ve haliyle cinsel bakımdan yeterliliği olan kendisine denk bir erkekle evlenmesi gerektiğini düşünürsünüz. Ama hiç de öyle olmamış.

Necla Hanım gerek lise gerek üniversite gerekse yüksek lisans yıllarında bu cinsel libidosuyla baş etmeye çalışırken ciddi bir şe-

kilde abartmış ve bastırma refleksinin yanına erdem kavramını da eklemişti. Cinselliği o kadar çok düşünüyor ki, cinsellik o kadar yaşamının merkezinde ki, bir kadın olarak kendinden utanmaya başlıyor. Bilinçaltındaki nihai inanç, kod şuydu: "Nasıl olur da bir kadın cinselliği bu kadar düşünebilirdi. Cinselliği düşünmemek, yaşamamak, istememek erdemdi. Ve bu erdemi kendisine hep yaşatacak bir erkekle yaşamını birleştirmeliydi."

Bilin bakalım ne oldu? Necla Hanımın bilinçaltındaki güya bu erdemli yaşama inancı ve bu erdemi devam ettirecek erkek arayışı bir akrabasının düğününde karşılaşıp âşık olduğu Yakup Bey ile yerini bulmuştu.

Ne demiştik? Bilinçaltı, iyi kötü, zararlı faydalı ayrımı yapmaz, siz ne emredersiniz onu gerçekleştirir. Necla Hanımın bilinçaltına verdiği telkin ve emir bu yöndeydi ki, bilinçaltında erdem kavramıyla eşleşen yaşamını devam ettirecek bir erkek arayışıydı. Yani cinsel yetersizliği olan erkek arzu ediyordu. Tam da arzu ettiği gibi oldu. Bu analizi benden duyduğunda ise adeta küçük dilini yutmuş ve şok olmuştu.

Görüyorsunuz ki yine bir bilinçaltı mucizesi gerçekleşmiş ve arzu ettiğine ulaşmıştı. Siz siz olun bilinç üstünüzde ne düşünürseniz düşünün hiçbir hükmü yoktur. Bilinçaltınıza odaklanın çünkü onun dediği oluyor.

Yukarıdaki her iki deneyimde de gördüğünüz gibi Aziz Bey ve Necla Hanım'ın bilinçaltı ne ise bizim bilinçaltımız da aynı refleksle çalışmaktadır. Sonra istediklerim neden olmuyor demeyin çünkü derin arzularınız oluyor bilmiş olun.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………

Deneyim 10 (Hastalığı için şifalar dilediğim Gülnihal Hanımın öyküsü)

Gülnihal Hanım, lise mezunu, evli iki çocuk annesi.

Önce göğüs kanseri olmuş. Sonra sol göğsünü aldırmış. Daha sonra kanser hücreleri vücudunda dolaşıp sol kalça kemiğine yapışmış. Bana geldiğinde "Bu kanser hücreleri beni neden terk etmiyor" diye sormuştu.

Size soruyorum: "Bu kanser hücrelerini kendisi hayatına çekmiş olabilir mi ve Gülnihal Hanım'ın bilinçaltı bunu neden istemiş olabilir?"

Sıkı durun, evet aynen öyle. Kanser olmayı Gülnihal Hanım'ın bilinçaltı tercih etmişti. Gülnihal Hanım çok da akademik becerisi olmayan, liseyi zor bitiren birisiydi. Sonra üniversiteyi kazanamamış ve kendi kendine bir suçluluk duygusuna kapılmıştı. Babası, Gülnihal Hanım'ı İstanbul Büyükşehir Belediyesi'nin iki yıllık önemli bir eğitim programına yazdırmış, onu da bitiremeyip yarıda bırakmış. Bunun üzerine bilinçaltında şöyle bir inanç geliştirmiş:

"Ben hayırsız bir evlat, başarısız bir kişi, işe yaramaz biriyim. Ölmeliyim. Ölmeliyim ki, bu dünyayı kendimden temizlemeliyim."

İşte görüyorsunuz Gülnihal Hanım kendisine ölüm fermanı vermişti. Bu ferman, bilinçaltında ciddi bir arzu enerjisi oluşturmuş ve de bu sistem tarafından esastan görüşülüp gereği yapılmıştı. Ona istediği verilmiş, arzu ettiği ölüm fermanına yakalandığı kanser ile kavuşmuştu. Ayrıca bu hastalıktan kurtulmak yerine uzatıyordu çünkü kocasının ilgisini hep yanında görmek istiyordu.

İşte gördüğünüz gibi yine bilinçaltı yasası devrede. Aman ha aman bilinçüstü isteklerinizi tespit edin, bilinçaltı arzularınızın farkına varın. Kendinizi yormayın. Güzel düşünüp güzel görün hayatınızdan lezzet alın.

Not:

Tıpkı bir meleği andıran duruşu ile o kadar güzel bir insan olan Gülnihal Hanım'ın sorununu ve kaynağını tespit etmekle birlikte kendisi ile çalışamadım. Çünkü sorunu tıbbi olarak bir hayli ilerle-

miş, patolojik duruma gelmişti. Bu kadar ciddi bir tıbbi konuya da el süremezdim. Kendisi halen tıbbi tedaviye devam ediyor. Ben buradan kendisine tekrardan acil ve kolay şifalar diliyorum.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

....

....

Deneyim 11 (Karısının kendisini terk ettiği adamın öyküsü)

18 yıllık evli olup, iki çocuk babası Akif, "Hocam, eşim beni terk ediyor. Ne kadar acı çekiyorum bilemezsiniz. Hem beni terk ettiği için acı çekiyorum hem de onu mutlu edemediğim için. Biliyordum zaten, ben ona layık değilim. Evlendiğimiz günden bu yana hep beni bırakacağını düşündüm. Biliyordum bir gün beni bırakacağını ve işte gidiyor. Üzgünüm ama aynı zamanda rahatlıyorum. Çünkü yıllardır beklediğim şey artık oluyor."

Yine gördüğünüz gibi Akif Bey de bilinç üstünde sevmiş, âşık olmuş ve evlenmişti. Bilinçaltında bu evliliği oturtamamıştı. Kendini layık hissetmediği aşırı güzel ve çekici bulduğu eşine kendini layık görmüyordu. Yine bilinçaltının dediği oldu, hem kendisinin layık görmediği hem de kendisini bir gün terk edip gideceğine inandığı eşi artık onu terk ediyordu.

Akif yıllarca eşinin telefonunu kontrol etti. Acaba birisiyle görüşüyor mu diye bulmaya çalıştığı izlere hiçbir zaman ulaşamadı. Her defasında hiçbir iz bulamıyor ve üzülüyordu. Neden üzülüyordu? Normal şartlarda mutlu olmasını beklersiniz değil mi. Oysa olay hiç de öyle değil. Çünkü bilinçaltında var olan bir inanç, kendisini gerçekleştirme ve deneyimleme refleksine sahiptir. Bilinçaltındaki bir inanç ne yapıp edip, dış dünyada deneyim olarak sana geri dönmeden o inanç seni rahatsız etmeye devam edecektir.

Bu arada yeri gelinmişken evli çiftlere seslenmek istiyorum. Eşinizin telefonuna bakmayın. O telefona bakma hissinize bakın.

Akif Bey eşinin kendisini çok geliştirdiğini, buna tanıklık ettiğini ama fark edemediğini söylüyordu: "Eşim Rukiye Hanım, Windows 95 iken son yıllarda adeta Windows 10'a yükselmişti ama ben hiçbir şeyin farkın varamıyordum." Ne zaman ki eşi onu terk etmeye karar vermişti ki, Akif Bey her şeyin farkına varmıştı ama artık çok geç olmuştu. "Kırk yılım boşa geçmiş, ot gibi yaşamışım" sözü de yine Akif Bey'e ait.

Haydi, farkına var ama zamanında var. Yoksa farkına vardığında farkın kalmamış olur.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………

Deneyim 12 (Elleri ağrıyan adamın öyküsü)

Bu deneyim öyküsü de Erhan Bey'e ait. 42 yaşındaydı, her iki eli de yıllardır ağrıyordu ve ağrısı hiç geçmiyordu. Özellikle avuç içleri ağrıyordu ve özellikle de sağ avuç içi ağrıyordu.

İnanın bazen sadece sorunun kaynağını tespit etmek yeterli geliyor. Erhan Bey'de de öyle yaptık. Sorunun kaynağını tespit edip yol gösterdim sonra da birlikte sorununu çözdük. Gerçi Erhan Bey'in sorununun tek bir çözümü vardı. O çözüm yolu da Erhan Beyin bilinçaltında yıllardır birikmiş arzunun ta kendisi idi. Ama tabi ki, bilinç düzeyinde sorunun kaynağının farkında değildi.

Erhan Beyin sorununu ve çözümünü anlatmadan önce bu konuda birkaç teknik bilgi vermem gerekiyor. Vücudumuzda meydana gelen her biyolojik rahatsızlığın bir bilinçaltı karşılığı vardır.

Örneğin;

- Mide biyolojik hazım organıdır. Mideniz ağrıyorsa psikolojik olarak size yapılanları hazmedemiyorsunuz demektir. Yani psikolojik hazımsızlık sorunu.

- Gözünüz ağrıyorsa, görme organı olduğu için görmek istemediğiniz şeyler ya da kişiler var demektir.
- Kulağınız ağrıyorsa, işitme organı olduğu için duymak istemediğiniz sesler var demektir.
- Sağ ayağınızda ağrı varsa, sağ ayak ilerleme anlamına geldiği için ilerlemekten korkuyorsunuz, kaygılarınız var demektir.
- Sol ayağınızda ağrı varsa, geçmiş zamanda yaptıklarınızdan ve gittiğiniz yerlerden pişmansınız demektir.
- Bel ağrınız varsa, bel taşıma organı olduğu için artık yaşam yükü size ağır geliyor ve artık taşıyamıyorsunuz demektir.
- Baş ağrınız varsa…

Bu liste uzayıp gider.

Erhan beyin eli ağrıyordu, hatta avuç içleri ağrıyordu hem de çok ağrıyordu. Bazen bu ağrı nedeniyle geceleri uykudan uyandığını söylüyordu. El, iş organıdır. İş yapma organıdır. Sanırım tahmin ettiniz. Erhan Bey yaptığı işi sevmiyordu. Sol elinin ağrıması geçmişten buyana yaptığı işlerden memnun değildi ve yirmi yıldır aynı işi yapıyordu. Sağ elinin ağrıması da gelecekte bu işi daha ne kadar yapacağının kaygısıyla sevmediği işi daha çok yıllar yapmak zorunda olmanın acısı sağ elinden çıkıyordu.

Erhan Bey ellerinin neden ağrıdığını bilmiyor, işini sevmediğinin zımni olarak farkında olsa da bilinç düzeyinde hiç farkında değildi.

Erhan Bey'e birçok soru sorup ve birçok veriler elde edip, geniş çaplı analiz ettikten sonra;

"Erhan Bey" dedim, "İşinizi sevmiyor olmalısınız."

"Evet, sevmiyorum, hatta nefret ediyorum." dedi.

Erhan Bey, inşaat sektöründe çalışıyordu. Yaptığım analizlerde onda büyük bir potansiyel keşfettim. Büyük işlerin adamı olduğunu fark etmiştim. Bu kadar potansiyelinin farkında olmayan ve kendini tanımayan Erhan Bey, inşaat sektöründe çalışıyordu ama sektörde

sadece demir bağlıyor ya da duvar örüyordu. Oysa o, müteahhit olacak adamdı. Uzun yıllardır müteahhitlerin hatalarını tespit ediyor ancak bunu kimseye anlatamıyordu. Hayallerinde kafasına göre binalar yapıyor, bir türlü icraata geçiremiyordu.

Üç yıllık planlama yaptık. İnşaat sektöründeki bu işinden yavaşça sıyrılacak, ilk arsasını alacak ve ilk binasını dikecekti. Öyle de yaptı. Bu görüşme 2010 yılında oldu. Erhan Bey şimdilerde üçüncü rezidansını dikmenin hazırlığında.

Bilinçaltınızda hangi his ve arzu varsa, onu legal bir şekilde yaşamanızı öneriyorum. Çünkü bilinçaltı inancı his ve kodları ne yapıp edip bir gün ortaya çıkacaktır. Çıkarken siz anlamayınca bazen ağrılarla, bazen olaylarla sinyal verecek sizi uyaracaktır. Siz siz olun vücudunuzdaki ağrılara kulak verin, bilinçaltınızdaki hisleri dinleyin.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………

Sizin Deneyimleriniz

Şimdi siz de kendi hayatınıza bakın. Benim yukarıda verdiğim örnekler dikkat çekici deneyimlerdir. Oysa dikkat çekici olsun ya da olmasın Bilinçaltı Yasası hayatımızın tamamında ve her an devrededir. Dünyanın her yerinde, hangi milletten olursan ol, kim ya da ne olursan ol, adın sanın ne olursa olsun bilinçaltı kesin olarak herkeste eşit olarak işlemektedir.

Lütfen bundan böyle ne istediğinize değil, hatta ne istemediğinize de değil, ne arzu ettiğinize bakın. Bunu nasıl anlarsınız biliyor musunuz? İçinizden sürekli depreşen ve çok ciddiye almadığınız hisleriniz bilinçaltı arzu enerjileri olabilir.

Nagihan Hanım 25 yaşındaydı. Aşırı kaygılıydı. Uzağı göremiyordu, bunun için de miyop gözlük camı kullanıyordu. Gelecek ile

ilgili aşırı kaygı halinin sonucuydu. Geleceği göremeyen, uzağı göremeyen demektir. Miyop da uzağı görememe durumudur.

Kalbin hangi şarkıyı söylüyorsa hayat sana o yaşamı getirir.

His ve Zan Farklıdır

Tüm bunları yaparken his ve zan farkını da bilmeniz gerekmektedir. His, çıplak insani ve ilahi bir duygudur. Zan ise subjektif kanaatlerin yer bulabildiği bireysel payelerin etkilediği bir durumdur. Sanırım bu iki kavramı ayırt edebilirsiniz.

Bir de his, bizimle ilgili duygularımızdır; zan ise başkaları ile ilgili fikirlerimizdir.

Birinci Vazifeniz Kendinizi Sevmek Olsun

Evet, birinci vazifeniz kendinizi sevmek. İkinci vazifeniz kendinizi mutlu etmektir. Neden böyle söylüyorum dersiniz? Bu konuyu çok önemsiyorum, lütfen takip ediniz.

Instagram'dan yaptığım bir canlı yayında, yayına şöyle bir soruyla başladım: "Kendiniz için en son nasıl bir iyilik yaptınız?" Bir saatlik yayın sonucunda bir kişi hariç hiç kimse kendisi için son zamanlarda yaptığı bir iyiliği yazamamıştı. Çünkü kendimiz için bir şey yaptığımızda suçluluk duygusu hisseden bir toplumun fertleriyiz. Ben de bu anlayışın yanlış olduğunu haykırıyorum. Kitabın ilerleyen bölümlerinde bu konu detaylıca açıklanacaktır.

Elbette bireysellikten, narsisizmden ve had bilmezlikten bahsetmiyorum. Okuyun lütfen, devamında göreceksiniz.

Kendinizi Sevin Ama Beğenmeyin

Yukarıda dedik ki, kendinizi seviniz. Evet doğru, seviniz.

Bununla birlikte kendinizi beğenmeyiniz. Evet doğru, beğenmeyiniz.

Neden diyeceksiniz?

Çünkü kendini sevmek güzeldir, iyidir, hoştur hem dahi yararlıdır hem dahi insanidir. Bununla birlikte kendini beğenmek son derece tehlikelidir. Çünkü kendini beğenen zaten kendisini beğeniyor, artık bir şey yapmasına gerek yok, başkaları çalışsın ben zaten olmuşum şeklinde yaklaşır ve kendisini geliştirmez. Geride kalır. Çağı yakalayamaz.

İşte gördüğünüz gibi kendinizi seviniz ama beğenmeyiniz.

3. BÖLÜM



KONUMLANDIRMA YASASI

Kendinizi neye konumlandırırsanız, sistem size onun deneyimini armağan edecektir.

Layık Görme Yasası

Bilinçaltı Yasası'nı hatırlayınız. Bilinçaltınızda hangi kayıt, kod ve inanç varsa yaşamınızda onu deneyimliyorsunuz. Ve bilinçaltınızda kendinizi neye layık görüyorsanız onu deneyimlersiniz. Kendinizi sevgiye ve sevilmeye layık görmüyorsanız Bilinçaltı Yasası gereği dış dünyada sevilmeme deneyimini yaşamak zorundasınız. Bilinçaltınızda "ben sevilmiyorum ve beni kimse sevmez" kodu varken dış dünyada birisinin sizi sevmesi ile ilgili bir deneyim yaşayamazsınız. Ya da birisi sizi sevse dahi bu sevilme hissini hissetmeyeceksiniz. Bir başka deyişle dış dünyada birisi öksürse dahi sevilmediğinizi hissedersiniz.

Sen kendini sevmiyorsan ve kendini sevgiye layık görmüyorsan bir başkası seni neden sevsin ki? Sende bu inanç varken sürekli sevilmediğini hissedeceğin deneyimler yaşamak zorundasın. Bir keresinde aile terapisi için ofisime gelen Zeynep Hanım "Kendime giysi aldığımda hep rahatsızlık hissediyordum." dedi. Neden? Çünkü kendimizi çoğunlukla yeni kıyafetler, cici ayakkabılar ve şık harcamalara layık görmüyoruz. Hatta kendimize lüks bir harcama yaparken çoğunlukla suçluluk duygusu hissederiz. Bunun bir tek açıklaması vardır o da ne yazık ki, kendimizi layık görememek…

Kendini bazı şeylere layık göremiyor oluşun aynı zamanda kendini tanımadığın anlamına geliyor. Bir şekilde kendisini huzursuz hisseden insanların önemli bir kısmı da ciddi yetenekleri olup bunu açığa çıkaramadığından mustariptir. William Blake'ın sözü konumuzu izah etse gerek: "Eyleme geçemeyen yetenek ve arzu ölümcül hastalığa yol açar."

Kendini layık görememenin altında "değersizlik" ve "yetersizlik" hissi olabilir.

Ayrıca kendini tanıma farkındalığına erişememiş nice kişiler vardır ki, "ben başbakan olsam var ya" şeklinde bir bakış açısına sahiptirler. Bunlar kifayetsiz muhterislerdir. Yaklaşık yirmi yıl önce Nobel ödülü alan Kifayetsiz Muhterisler makalesini sanırım okumuşsunuzdur. İnternetten okuyabilirsiniz. Kifayetsiz Muhteris kısaca, kendi yetersizliklerinin farkında olmayan, yetersizliklerinin farkında olmadığı için de kendini yeterli gören kişilerdir. Çünkü yetersiz kişi, neye yetersiz olduğunu bilmez. Bilmediği için de, bilmediğini de bilmez. Bilmediğini bilmediği için de, bilmesi gerektiğini bilmez. Bilmesi gerektiğini bilmeyince de, olaylara bodoslama dalarak işlerini halleder. Bodoslama dalan da, bodoslama daldığının farkında değildir ki, zaten olsaydı dalmazdı.

Layık görme konusunda bahsetmek istediğim Kifayetsiz Muhterisler konusu değil. Bu bir alt kültür sorunudur.

Bizim burada bahsettiğimiz kendini layık görememe sorunu bilinçaltı kodlarından kaynaklanan tamamen gereksiz, yersiz ve ezik bir durumdur.

Gerçekte nice önemli bir göreve layık olan kişiler bu duygularla o makamlara gelemediğinden, nice o önemli makamlar Kifayetsiz Muhterislere kalmaktadır.

Kendini bir şeye layık gördüğünde bu his Bilinçaltı Yasası gereği azmettirici enerjinizle diğer insanlar da sizi o şeye layık göreceklerdir. Sen kendini bir yere ve bir şeye layık görmediğinde diğer insanlar da seni o şeye layık görmeyeceklerdir.

Bir şeye layık olmak ayrıdır, kendini oraya layık görmek farklıdır. Kifayetsiz Muhterislerin kendisini layık görmesini ayrı tutarak söylüyorum ki, layık olanların çoğu layık olmayanlardır.

Bir başka ilginç şey ise özellikle yönetim kademelerinde layık olmayan çoğu kişiyi görebilirsiniz. Bu kişilerin Kifayetsiz Muhterisler olduğunu varsayarsak, yönetilen toplum da kendisini buna layık görmüş demektir.

İsraf Eden İflas Eder

Layık görmekte anlatmak istediğim israf etmeden kendine bakmak, kendine iyilik yapmak, kendini mutlu etmek ve kendini sevmektir. Tüm bunları yaparken israf etmeden yapılmalı ve yaşanmalıdır. Kendini seven, israf etmeden kendine harcama yapar. İsraf eden ise kendine zulmediyor. Evrensel Sistemin bir yasası da israf edeni iflas ettiriyor.

Evrensel İlahi Sistem, siz israf edince verdiği nimetleri beğenmediğiniz ve onaylamadığınızı algılıyor ve geri çekiyor. O halde, bugünden itibaren lütfen evinizin girişinde yiyecek ve içecekleri törenle karşılayın. Bu törenden kastım iç dünyanızdan onlara hoş geldiniz deyin, teşekkür edin. Buzdolabında bir tek salatalık dahi çürütmemeye dikkat edin. Gökyüzüne bakıp teşekkür edin.

Teşekkür silsilesi;

Yiyecek içecek ve herhangi bir ihtiyacınız kapıdan evinize girdiğinde, bizzat kendilerine bakarak hoş geldiniz deyip teşekkür ediniz. (ONAY)

Tüm bunların size gelmesini sağlayan kişi her kim ise O'na teşekkür ediniz. Bu kendiniz ise kendinize teşekkür ediniz. (FARKINDALIK)

Arka plandaki asıl yaratıcıyı bilip sizin siparişlerinizi gönderen Yaratıcı'ya teşekkür ediniz. (ŞÜKRAN DUYGUSU)

Hırsın Acı Sonucu

Hırs duygusu ile yapılan işlerin sonucu her zaman kayıpla sonuçlanır. Bir başkasının kaybetmesini arzu etmek Bumerang Yasası gereği bu duygu sana dönecek ve kaybeden sen olacaksın. Bir başkasının kazanması aslında sana kaybettirmez. Yaşam kazan-kazan felsefesiyle dönmektedir. Bir başkasının kaybetmesini arzu etmenin altında yatanın kendine güvenmemek, bolluk berekete inanmamak

olduğunu bilmenizi isterim. Yokluk ve kıtlık bilincinin sonucudur. Hatırlayınız Bilinçaltı Yasası gereği iç dünyanda hangi his varsa dış dünyada onu deneyimlersin.

Kişisel çıkar gözeten her zaman kaybeder. Kişisel **kazanım** fikri ise her zaman kazandırır. Burada, çıkar yerine kazanımdan bahsettik. "Çıkar"da bencillik ve kıtlık, "Kazanım"da bolluk ve bereket bilinci vardır.

Bolluk bilincindeki kişi; Katkı ve Kazanımı hedeflerken, Kıtlık bilinci olan kişi; çıkar ve kazanç peşindedir.

Azimli ol ama hırslı olma.
Gıpta et ama kıskanç olma.

Ait Hissetme Yasası

Bilinçaltı Yasası'na göre, Layık Görme Yasası; Ait Hissetme Yasası'na benzemekle birlikte farkları vardır. Ait Hissetme Yasası son derece önemli bir yasadır.

Siz kendinizi neye ait hissediyorsanız onu yaşarsınız, orada olursunuz, onunla olursunuz. Ait hissetmediğiniz bir kişi, kurum ya da yerde olamazsınız. Kendinizi yoksulluğa ait hissederken zenginlikte bulamazsınız. Kendinizi ait hissetmediğiniz eve, arabaya, saate sahip olamazsınız. Kendinizi ait hissetmediğiniz şehirde yaşayamazsınız. Kendinizi ait hissetmediğiniz mesleği yapamazsınız. Eğer yapıyor iseniz de inanın orada değilsiniz ve de hem mutsuz hem başarısızsınızdır. Kendinizi ait hissettiğiniz meslekte de başarılı ve mutlu olmanız kaçınılmazdır.

Kendinizi neye konumlandırıyorsanız, onu deneyimlersiniz. Kendinizi saygın hissederseniz saygı görürsünüz. Kendinizi balina hissediyorsanız hayat size okyanus verecek, kendinizi Japon balığı hissediyorsanız size küçük bir akvaryum verecek.

"Görmek istediğiniz kişi olun." (Gandhi)

Danışanlarımdan biri sevgili Şeyma Hanım, büyük bir şirkette çalışıyordu. Önemli bir işi asgari ücretle yapıyordu. Yani asgari üc-

retten maaşını alıyordu. Şeyma Hanım, büroda hiç mutlu değildi. Mutsuzluğunun düşük maaştan kaynaklandığını zannetmeyin. Şeyma Hanım kendini asgari ücrete layık görüyordu ve orada çalışıyordu. Mutsuzluğunun nedeni ise kendini oraya ait hissetmemesiydi.

Deneyim 13 (Klinik sahibi olduğu halde kirada oturan doktorun öyküsü)

Küçük bir kliniği ortağı ile birlikte işleten Dr. Sevinç Hanım, 40 yaşında, 2 çocuk annesi ve yıllık cirosu ortalama 600 bin TL olan bir tıp doktoruydu. 15 yıldır bu işi yapıyor ve banka hesabında ortalamada en az 5 milyon TL parası olması gerekiyordu. Ancak benimle terapi anlaşması yaparken cidden pazarlık yapıyor ve ben bu duruma şaşırıyordum. Sonradan anlaşıldı ki, 5 milyon TL'den eser yoktu, hesabında en fazla 30 bin TL bulunuyordu.

Henüz iki yaşında olsa da ikinci el iyi bir SUV (Jip) araba almışlar, yıllar geçmesine rağmen henüz o arabanın dahi borcunu bitirememişti. (Bu bahsi geçen araç, 2018 yılında piyasa değeri 120 bin TL civarında olan bir araçtı.) Sevinç hanımın gelirinin yüksek olduğunu görüyorsunuz. Ayrıca eşi Sedat Bey de bürokrat olduğu için onun da maaşı ortalama 12 bin TL civarındaydı. Gelir çoktu ama ellerinde hiç bir şey yoktu. Aklıma gelmedi değil, belki yatırım yapmışlardı. Ev ve arsaları olabilirdi. Altın birikimleri olabilir ya da borsa işleri vardı. Hepsini sordum hiçbir şeyleri yoktu. Yazlıkları dahi yok, sıkı durun; halen yaşadıkları 3+1 bir evde kiracı olarak oturuyorlardı.

Anlaşılan o ki, Sevinç Hanım eşiyle birlikte bilinçaltında para, varlık ve kazanç ile ilgili bir inançları vardı ama neydi?

Onlara şöyle bir soru sordum.

"2010 yılında SUV aracınızı aldığınızda ve ilk çarşıya çıktığınızda ne hissettiniz?"

Sevinç Hanım'ın cevabı "Kendimi kötü hissettim, başkaları görecek diye çekindim." oldu.

"Başkalarının görmesinden neden çekindiniz ki?" diye sordum.

Sevinç Hanım, "Yani hocam, ne bileyim, bu kadar lüks bir araca binmek doğru olur mu? İnsanların beni yargılamasından korktum." dedi.

Bu SUV aracın taksitlerini beş yılda ödeye ödeye bitirememişler, halen de borcu bulunmaktaydı. Sorun, tam bir "Ait Hissetme Yasası" sorunuydu. Sevinç Hanım ve eşi kendilerini ait hissetmedikleri araca sahip olmuşlar ancak kendilerini o araca ait hissetmedikleri için sahiplik durumları gerçek değildi. Demek ki, şu dünyada düz mantıkla inandığımız çoğu şey ne kadar da yalan ve yanlış imiş demekten insan kendisini alamıyor.

Kendinizi ait hissetmediğiniz hiçbir şey için çaba göstermeyiniz. Kendinizi boşa yorarsınız. Bir şeye sahip olmadan önce bundan böyle lütfen, kendinizi ona ait hissediniz.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

……

……

Evrensel Sistemin Uyandırma Servisine Hoş Geldiniz

Yaşadığınız bireysel ve sosyal sorunlar aslında Evrensel Sistem'in bir uyandırma servis hizmetidir. Sistem senin potansiyeline bakıyor, üst düzey potansiyelin varsa düz mantıkla gidişini durdurmak ister. Seni uyarır. Uyandırma servisi kişiye özel hizmet verir. Yaşadığınız sorunlar ya da sorun atfettiğiniz olaylar hiç kuşkunuz olmasın ki, Allah'ın haberi olmadan başınıza gelmiyor. Hatta bizzat kendisi yaratıyor, sizinle özel ilgileniyor. Yani şöyle bir şey diyebilir misin? "Allah'ım senin haberin yok biliyor musun, bunlar benim başıma neler getirdiler?" Elbette diyemezsiniz.

Eğer bir acınız devam ediyorsa henüz farkındalık kazanmamışsınız ve öğreticiliği devam ediyor demektir.

Her şey bizim için ve bizim lehimize oluyor ve olmakta. Bir Çin atasözü "Uzakları görmek için yükseklere çıkmak gerekir." der. Biz ruhsal kısırlık ve zihinsel kısalığımızla uzakları ve hayatın tamamını göremiyoruz. İnanın algıladıklarımız, kısıtlı, küçük, dar ve çoğu zaman sığ şeylerden ibaret. Bu bakımdan hiç endişe etmeyin, üzüldüğünüz olaylar ya uyandırma servisi iş başındadır, içerisinde size bir ders barındırıyor ya da sizin için size rağmen yararınız oradadır, sizin için doğrusu olmuş demektir.

Size minicik bir uyarı tekrar yapayım ki, uyandırma servisinin dilini doğru tercüme ediniz. Milyonlarca kişinin yaptığı gibi yaşadığınız her üzücü olayda isyan bayrağını dalgalandırmayın. Kendinize gelin, akıllı olun. Çünkü sistem seni öyle takip ediyor ki, aklın başına gelene kadar seni çeşitli şekillerde uyarıyor, uyarılara kulak vermezsen uyarıların dozunu ve şiddetini arttırıyor, seni daha büyük zorluklarla karşılaştırıyor.

Evrensel Yasalara Göre Haklı ve Haksız Kazanç

Bedavaya getirmek çok pahalıdır.

Her birimiz tepe çakramızdan Evrensel Sistem'e adeta GPRS ile bluetooth gibi online bağlı olduğumuzu söylemiştik. Ve Evrensel Sistem de bizim niyetlerimizi net olarak algılıyor ve doğrusu bununla ilgileniyor.

Ve sistem elde ettiğimiz kazancın haklı veya haksız kazanç olduğunu an be an tespit ediyor. Gerekli hallerde de bize uyarı veriyor. Bir emek ya da miras yoluyla elde edilen kazancı haklı kazanç, hak etmeden emek harcamadan elde edilen kazancı ise haksız kazanç olarak algılıyor. Haksız kazanç tabanı olmayan testiye su doldurmak gibidir.

Bu paradigmaya göre elde ettiğiniz maddi kazancın eğer bir emek karşılığı yok ise o kazanca geçici olarak sahip olsak da o kazancın bizimle aramızda bir enerji bağı bulunmamaktadır. Böylelikle aslında haksız kazanç elde edenler kazandıklarını dibi delik bir

kazana atmaktan başka bir şey yapmıyorlar. Burada sahip oldukları tek şey kazan olsa da kazanın içi hep boş kalmaktadır.

Bu nedenle zekâsını kullanıp kurnazlık yapan nice kişiler elde ettikleri haksız kazancın kendilerine ait olmadığını bilmediklerinden akılsızlık yapmış oluyorlar. "Haydan gelen huya gider" diye boşuna dememişler elbette. Haksız kazanç elinde durmaz, bir yararını ve bereketini göremezsiniz. Haksız kazanç karşılıksız çek gibidir. İllegal kazananlar, legal hazzı tadamazlar.

Örneğin, Milli Piyango gelirinden yarar gören bir tek kişi dahi olmamıştır. Hatta benim tanık olduğum nice kişiler var ki, güya milyonlarca liralar kazanıp şimdi perişan halde yaşamaktadırlar. Bu talihsiz talihlilere ne demeli?

Televizyon ve gazete haberlerinde sıkça rastladığımız haberlerden birisini burada zikredeyim: Kimi akılsız ama zeki kişiler birlik olup yasa dışı çağrı merkezi kurmuşlar. (2018 Ağustos) Çeşitli banka müşterilerini arayarak 45 milyon TL haksız kazanç elde etmişler. Nasıl da hemen yakayı ele vermişler, polis tarafından çökertilmiş. Hey babam hey!

Eğer haksız bir kazancınız varsa hırsız çalar, yangında kül olur, kazada gider, yel götürür, sel götürür. Eğer bir haklı kazancınız var ise yel gelse götüremez, el gelse kaçıramaz, sel gelse alamaz. Çünkü sizinle enerji bağı vardır. Emek enerjisi karşılığı vardır. O sizde kalmak zorundadır.

Kimi zaman gazete, televizyon haberlerinde karşılaştığımız gibi bazen paranızı kaybedersiniz, üç gün sonra birisi bulup size getirir ve teslim eder. Gelmek zorundadır. Çünkü haklı kazançtır. Çünkü o kazanç ile sizin aranızda bir enerji bağınız mevcuttur.

Bir teknik bilgi vermem gerekiyor, bir miktar şekeri mutfak taşının üzerine koyduğunuzda o şekere kısa bir süre sonra karıncalar dadanacaktır. Çünkü o şekerin kokusu (enerji) sadece karınca tarafından algılanmaktadır. Karınca da bu kokunun izini sürüp şekere ulaşır. Dikkat ederseniz başka bir canlıya değil de sadece karıncaya gidiyor. Zira şekerin enerji titreşimini sadece karınca algılayabilmektedir.

Örneğin, yüz bin lira haksız bir kazancınızın olduğunu varsayalım. Siz bu parayı çelik kasada saklasanız da, tüm güvenlik tedbirlerini alsanız da o paranın enerji boyutundaki titreşimi hırsız tarafından çoktan algılandı bile. Siz ne yaparsanız yapın o hırsız gelecek, demir korkulukları kıracak, camı kesecek ve 17. kattaki dairenize girecek ve siz uyurken paranızı sessizce alıp götürecektir. (Bu durumda o para hırsız için de haksız kazançtır, o da aynı Bilinçaltı Yasası ve Evrensel Sistem'e tabidir.)

Sonra olayı polise intikal ettireceksiniz, al başına bir yığın iş. Oysa o para haklı kazanç olsaydı apaçık meydanda da olsa kimse ilişemeyecek ve çalamayacaktı. Çünkü o paranın sizinle bir enerji boyutunda bağı olacaktı. Nice zeki ve kurnaz kişiler bilirsiniz ki, haksız kazanç peşinde koşup kasalarını doldururlar. Ya o paranın hayrını görmezler ya ellerinden çıkıp gider ya başlarına bela getirir, yediklerin de zehir zıkkım olur, biyolojik bilinçaltınızı bozar. Haklı kazanç ile beslenmek şifadır, haksız kazanç ile beslenmek ise hem biyolojik hem de psikolojik bilinçaltının sistemini bozar. Nice temiz şeyler var ki, habistir. Habis, görünüşte temiz ve güzel olan şeyin içinin çirkin ve pis olması demektir. Enerjisel anlamda demek oluyor bu. Otomobilin kaportası güzel ama motorun arızalı olması gibi…

Bir danışanım olan Selçuk Bey'in öyküsü şöyle: Bir gün İstanbul'un en kalabalık caddelerinden birinde on tane iki yüz liralık banknotu (2000 TL) banka ATM'sine yatırmak isterken elinden uçuşup caddeye dağılır. Yoğun kalabalıklar içerisinde o parayı insanlar toplayıp Selçuk Bey'e teslim ederler. Bu, sanırım haklı kazanca bir örnek olabilir.

Yine bir danışanım Ayhan Bey öğretmenlik yaptığı bir Anadolu kentinin meydanında içi para ve banka kartları dolu cüzdanını düşürür. Ertesi gün geldiğinde cüzdan orada durmaktadır. İçindeki paralar ve kartlar da aynen durmaktadır. Çünkü haklı kazanç enerji bağı ile sahibine bağlandığı için bir başkası o enerjiyi algılayamaz. Meydanda apaçık ortada dahi olsa…

Burada bizim kültürümüzde yer alan helal ve haram kavramlarını siz değerlendirin artık.

Tanık olduğum bir başka örnekte ise İstanbul'da büyük bir kamu kurumunu ziyarete gitmiştim. Orada tanıdığım bir bürokrat kurumdaki yolsuzluklardan bahsetmiş ve kimi kurum çalışanlarının kurum bütçesinden her yıl milyonlarca TL haksız kazanç elde ettiklerini söylemişti. Bu olayı bizim bahsettiğimiz paradigmaya göre analiz etmek gerekirse, kamu kurumundaki paralar milletin parasıdır. Milletin haksız kazancı var ki, o paralar yine gidecektir. Giderken de o haksız kazancın kokusunu herkes alamayacak, kurumda çalışan enerjisi uygun kişilere gidecektir.

Tüm bunlardan anlaşılıyor ki, aslında haklı kazanç (helal) elde etmek için çalışmak, bir erdem değil, kendi gerçek kârımız için akıllı olma çabasıdır.

Bir insanın işini gördüğünde, bir kişiye yardımcı olduğunda, memurluk yapıyorsan vatandaşın işini içtenlikle yaptığında, trafikte zorda kalmış bir kişi ya da araca yol verdiğinde neler oluyor biliyor musun? Memnuniyet enerjisi yayılıyor. Senden memnun olan kişinin bu enerjisi sistem tarafından sana çeşitli yatırımlar olarak dağıtılacaktır, hiç kuşkun olmasın.

Bir zamanlar, sanırım 20 yıl önceydi, uzun bir otobüs yolculuğunda yan koltuğumda oturan bir adamdan bahsetmek istiyorum size. Adı, Halil İbrahim Temeltaş. Uzun yolumuz bu güzel insan sayesinde kısalmış, verimli bir sohbetimiz olmuştu. Bu güzel adam, Sümerbank'tan emekli olmuştu. Yaşı tutanlar bilirler ki, bir zamanlar Sümerbank ülkemizde önemli bir Kamu İktisadi Teşebbüsü idi. İplik, dokuma ve tekstilin öncü kuruluşuydu. Halil İbrahim Bey o zamanlar 63 yaşında olduğunu söylemişti.

Sümerbank'ta çalıştığı zamanlar ile ilgili çok ince, zekâ fışkıran ve akıl dolu bir şey anlatmıştı. "Hocam, ben 30 yıllık çalışma hayatımda bir santimetre dahi ipliği heba etmedim" dedi. "Bu neden önemli ki abi" diye sorduğumda verdiği cevap, bilgece ve hepimizi

hizaya getirecek nitelikteydi : "Benim çocuklarımın çok şükür sağlıklıdır hocam, akıl sağlıkları da yerindedir" demişti.

Dağılabilirsiniz. ☺

Bir Başka Aitlik Yasası

Sahip olmak başkadır, ait olmak başkadır. Bir şeye sahip olabilirsin ama o sana ait olmayabilir. Ya da bir şeye sahip olabilirsin sen ona ait olmayabilirsin. Sahip olduğunuz bir şeyin size ait olup olmadığının cevabı vicdanınızda mevcuttur. Sahip olduğunuz bir nesne, haklı kazanç ile sizin elinizdeyse onun ile sizin aranızda bir enerji bağı var demektir. Öyleyse her şey yolunda, keyfine bak. Değilse, sistem seni sigaya çekmeden önce sen kendini sigaya çek.

Kirli Kazançtan Arınmak

Eğer haksız kazancınız olduğunu düşünüyorsanız ve halen yaşamınız devam ettiğine göre şanslısınız demektir. O haksız kazançla kendiniz ve çocuklarınız beslendiğinde, biyolojik ve psikolojik bilinçaltınız çok ciddi hasar görecektir. Haksız kazançla elde ettiğiniz binalar yıkılacak, arabalar elden gidecek, işletmeniz batacaktır.

Bu kitapla beraber siz de akıllı olmaya karar verdiyseniz ☺ yaşamınızı güzelleştirecek bu anlamlı karar için sizi kutluyorum. Zira hepimiz insanız ve sanıyorum yaşam da insanlaşma sürecinden ibarettir. Haydi, hep beraber insanlaşalım, insan olmanın o muazzam tadını birlikte yaşayalım.

Haksız kazancınızın içeresindeki olumsuz enerjileri topraklayınız. Bunun için öncelikle bilinçaltınızdaki pişmanlık enerjiniz sistem tarafından tanınmalıdır. Başka bir ifadeyle samimiyetiniz sistem tarafından algılanmazsa bu konuda yaptıklarınızın tamamı boşa gidecektir. Hem de aleyhinize yeni bir dosya açılacaktır.

Kazancınız içerisindeki haksız olduğunu tahmin ettiğiniz miktarı, fakir fukaraya içtenlikle hibe ediniz. Örneğin, bu bir emlak ya da bina ise devlete ve cidden insanlığa hizmet eden vakıflara hibe edebilirsiniz. Bu bir para ise tahmini miktarı yoksullara dağıtabilirsiniz. Bunu yaparken de bilinçaltınıza bunun bir erdem değil, kendiniz için arınma çabası olduğunu telkin ediniz.

Şunu da biliniz ki, bir yerdeki haksız kazanç arttıkça oraya sel, yel, el gelir zarar verir. Çünkü haksız kazancın enerjisi toptan bir şekilde böyle topraklanır.

Kazancınızın sigortası, haklı kazanç olmasıdır. İnanın bu yeterlidir. Haklı kazanç zaten içerisinde sigortasını da barındırmaktadır.

Bundan böyle lütfen ne aldığımıza değil, ne verdiğimize bakalım. Verdiğiniz emeğin karşılığı kesin ve kesin olarak size gelecektir. Örneğin, Ahmet'e emek verdiniz karşılığını tam vermediyse biliniz ki, arta kalan karşılık Mehmet'ten gelir, Ayşe'den gelir, oradan gelir buradan gelir. Çünkü emeğin karşılığı enerjidir ve hiçbir enerji ila nihayet boşlukta kalmaz.

İleriye Gitmek İçin Kendine Gel

Kendisini on yıl önce terk edip giden eşinden bir türlü ayrılamayan Selvi Hanım'ın yüzünü, ofisime ilk geldiğinde görecektiniz. Sararıp solmuş, kararıp yanmış, güz gülleri, yanında bahar gibiydi. Selvi Hanım'a dedim ki, "Selvi Hanım, bu adam seni on sene önce zaten terk edip gitmiş. Demek ki adam seni sevmiyor. Ne diye halen bu adamın peşinde koşuyorsun? Yaşamın geri kalan kısmına odaklanıp keyfine bakmıyorsun?" Selvi Hanım da bana "Hocam, bu adam çok fazla zengin oldu. Bu zenginlikte benim de payım var. Evliliğimizin ilk yıllarında el birliği edip çalıştık, şu andaki zenginliğin temelini birlikte yaptık. Versin benim hakkımı boşanayım." demişti.

Selvi Hanım'a bağımlılık geliştirdiğinden bahsettim, kendini mutsuz etmek için böyle davrandığını anlattım, kendini sevmediği için

kendisine eziyet ettiğini de söyledim. Hiç birisi tesir etmedi. İnatla boşanmıyor, eşi Hasan Bey ise tanışmadığımız halde beni telefonla arayıp yardımcı olmamı istiyordu, boşanmak için çok arzuluydu.

Ve sonunda Selvi Hanım, altı aylık bir terapi programından sonra eşinden ayrılmayı kabul etti ve boşandı. (Selvi Hanım'ın diğer başka çok sorunları vardı. O nedenle ona altı aylık özel program uyguladık. Eşinden ayrılması, bu programın sadece bir parçasıydı. Doğal terapi sürecinde hiç kimseyi eşinden ayırmam fakat Selvi Hanım zaten fiili olarak eşinden on yıldan bu yana ayrıydı, hukuki olarak da ayrılması gerekiyordu. Çünkü yaşamı kaçırıyor, yeni bir yaşam kurmalıydı. Çok şükür kurdu da...)

Evrensel Banka Hesabınız

Bilin bakalım, Selvi Hanım'ı eşinden ayrılmaya ikna eden neydi?

Tabi ki Evrensel Banka Hesabı…

Size de izah edeyim; her bir insanın iki tane banka hesabı vardır. Bunlardan birisi çarşıdaki banka hesabınızdır. İkincisi ise evrensel banka hesabınızdır.

Bir başka deyişle; birisi "Yeryüzü Hesabımız", diğeri de "Gökyüzü Hesabımız".

Biri yerdeki biri gökteki hesabımız.

Çarşıdaki banka hesabınızdaki miktar her ne kadar sizin hesabınızda gözükse de, haklı olanlar sizin, diğer miktar ise sizin değildir. Sizin olmayan miktar geçici olarak orada durmaktadır. Bu nedenle bankadaki paranızın ne kadarının size ait olduğu kesin olarak belli değildir.

Gelelim evrensel banka hesabınıza. Evrensel banka hesabınızda nakit para yerine enerji bulunmaktadır. O enerji, emeğiniz karşılığı olan enerjidir. Henüz nakite dönüşmeyen enerjidir. Ne kadar emeğiniz varsa, o emeğinizin karşılığı evrensel sistemde enerji olarak depolanmaktadır. Parasal karşılığı ise yeryüzünde zamanı geldiğin-

de size ulaşacaktır. Ama el mi getirir ama yel mi getirir ama sel mi getirir bilemem. Ahmet'in eliyle mi gelir, Mehmet'in çabasıyla mı gelir, devletin emriyle mi gelir, hâkimin kararıyla mı gelir, eft ile mi gelir, havale ile mi gelir bilemem. Ama kesinlikle gelir, onu bilirim.

Çok çalıştığınız halde hakkınız ödenmiyor mu? Çalıştığınız yerdeki patronunuz ya da kurumunuzun ödediği miktara aldanmayın. Ne kadar veriyorlar değil, ben ne kadar emek veriyorum deyiniz. Emeğiniz asla zayi olmaz, olamaz. Çünkü Fizik kuralları gereği hiç bir enerji yok olamaz.

Selvi Hanım'a da dedim ki; "Eğer iddia ettiğin gibi eşinin kazancı içerisinde senin hakkın var ise o hak enerjisi Evrensel İlahi Sistem'de bakidir. Asla kaybolmaz, kimse de çalamaz. O halde, eşinin kazancı içerisinde var olduğunu iddia ettiğin hak, sana bir tür enerji yoluyla bağlıdır ve o senindir. O enerji bir gün seni bulacaktır ve bulmak zorundadır. O halde müsterih ol. Eşinin, boşanmak için öne sürdüğü şartlar her ne ise aynen kabul et, çünkü konu apaçık ortadadır."

Bu izahat Selvi Hanım'ın kafasına o kadar yattı ki, on yıldır boşanamayan Selvi Hanım maksimum 20 günde boşandı. Selvi Hanım şimdi kendisine yeni bir yaşam kuruyor. Hasan bey ise zaten kurmuş olduğu yeni yaşamı legalleştirmiş olmanın mutluluğunu yaşıyor. Onlar erdi muradına biz çıkalım kerevetine. ☺

4. BÖLÜM



ÖZDEĞER YASASI

Değersizlik Hissi

Değersizlik hissi dosyası da yine bu kitabın en "Değerli" bölümlerinden birisini oluşturuyor. Öncelikle şunu bilmenizi isterim ki, hatta üzülerek söylüyorum ki, yurdumuz insanının büyük çoğunluğu "Değersizlik Hissi" girdabında hayatta kalmaya çalışmaktadır. Hayatta kalmaya diyorum, yaşamaya çalışıyorlar demiyorum. Değersizlik Hissi yaşayanlar da kesin olarak hayatın tadını alamıyorlar.

Bir insan kendini sevmiyorsa, mutsuzluğu tercih etmişse ve de Değersizlik Hissi yaşıyorsa, "Cehennem nasıl bir yerdir acaba?" sorusunun cevabını en iyi bilen kişidir.

Şunu belirtmeliyim ki, Değersizlik Hissi varken mutlu olmanız mümkün değildir. Kendiniz olmanız hiç mümkün değildir. Ayrıca kendiniz olamadığınız için de özgür olamazsınız. Özgür olamayınca da gerçekten çok mutsuz olursunuz.

Bilinçaltınızda Değersizlik Hissi varken, kendinizi iyi bir şeye hem layık göremez hem de ait hissedemezsiniz. Bir insanda değersizlik hissinin olup olmadığını anlamak dışarıdan zor olsa da herkes kendisini bilebilir ve bilmelidir de.

Bilinçaltınızda Değersizlik Hissi varsa, Bilinçaltı Yasası gereği bunu hayatınızda deneyimlemek zorundasınız. Yani kendinizi değersiz hissettiğiniz deneyimler yaşayacaksınız, size değer verilse dahi bunu hissetmeyecek ve inanmayacaksınız.

45 yaşındaki sevgili Elvan Hanım'ın bir seansı sırasında çocukluğundan bir anıyı çıkartmıştık ve bakın neler olmuştu. Elvan Hanım 10-15 yaşlarındayken komşu kadınlar, akrabalar ve öğretmenleri ona iltifat ederlerdi. O ise eve kaçar, odasına kapanır ve hüngür hüngür ağlardı. Sebep: "Bu insanlar neden benimle dalga geçiyorlar? Neden yalan söylüyorlar?"☺

Oldukça dramatik bir şey söylemek istiyorum. Bilinçaltında Değersizlik Hissi varken, yine Bilinçaltı Yasası gereği bilinçaltı bu his-

si sürekli deneyimlemek ister ve bu hissi sürekli deneyimlettirecek kişi, olay ve durumları hayatına çekecektir. Bu yüzden Değersizlik Hissi olan kişilerin aşk hayatları oldukça dramatiktir. Çünkü kendisine Değersizlik Hissini yaşatacak kişiye âşık olmak zorundadır ve öyle de olur. Değersizlik Hissi yaşayan kişinin aşk hayatı bir nevi patolojik seyreder.

Bilinçaltınızda Değersizlik Hissi varken, size kendinizi değerli hissettirecek deneyimler yaşayamazsınız. Ayrıca, kendisini değersiz hisseden kişi değerin de değerini bilemez. Değersizlik hissi yaşayan kişi, değerin ve değerin değerini değerlendiremez. Ve bu girdap böylece devam edip gider, taa ki, bilinçli tercihinizle bu hissinize müdahale edene kadar.

Sizde Değersizlik Hissi varken dışarıdan herhangi bir kişi size normal davrandığında dahi o davranıştan kendinizi değersiz hissetmeniz mümkündür. Aslında sizi görmemiştir bile ama siz yine de bunu değersizlik olarak hissedebilirsiniz. Bunun nedeni ise sizin iç dünyanızda bu hissin kodlanmış olmasıdır.

Oysa dış dünyada gerçekten sana değer vermeyen birisinin değersizlik davranışı dahi olsa o kişinin o davranışı sen kendini değerli hissediyorsan bu davranış sana ulaşmayacak, tanıklık etsen dahi hissetmeyeceksin. Sen kendini değerli hissedersen sana değer vermeyenin davranışının hiçbir önemi yoktur.

Kendi değerinin farkında olmayan ve kendini değersiz hisseden kişi bunu başkasının üzerinden almaya çalışır. Bunu yapmak için de bağımlılık refleksi geliştirir. Bir kişiye bağımlı olmak kendini değersiz hissettiğinin resmi belgesidir. Sağlıklı ilişkilerde bağımlılık değil, bağlılık vardır. Bağımlılık geliştirmiş kişi kendisini ve diğer kişiyi tutsak eder. Bağlılık ilişkisinde ise özgürlük vardır.

Değersizlik Hissi yaşayan kişi, eşinin, sevdiğinin kendisini terk etme kaygısını sürekli yaşar. Zaten Değersizlik Hissi olan kişi, bir ilişkiye başladığında hemen ertesi gün kaybetme korkusunu hissetmeye başlar.

Arkadaş grubunda sürekli bir sığıntı gibi hisseder. Kimi normal davranışları kişisel algılarlar. Kendisinin sevilmediğini, kabul ve onay görmediği şeklinde kişisel algılar. Kendini gerçekleştiren kehanet de bir gün yerini bulur.

Değersizlik Hissi yaşayan kişi kuyumcu dükkânında altından anlamayan sarraf gibidir. Bir düşünün, adam kuyumculuk dükkânında sarraflık yapıyor ama mücevherden anlamıyor. Böyle bir kişi en sonunda dükkânı batırır. Ne kadar da eşyanın tabiatına aykırı değil mi? İnsan da kendini tanımayarak, kıymet bilmeyerek, emanete iyi bakmayarak, mutsuz olarak kendi hayatını batırmıyor mu? Değersizlik Hissi yaşayan kişi, "Nesnel Onay"a bayılır. Nasıl ki bir mücevher onaya ihtiyaç duymaz aslında insanın da onaya ihtiyacı yoktur. Çoğu zaman onay beklediğiniz kişiler de altından anlamayan sarraf gibiler. Demirciye altın sorulmaz, bakır atölyesinde mücevher işlenmez. Kuyumcu sokaktan müşteri toplamaz.

Gerçekte hiçbir kimseye değer verilemez. Bir kişiye değer vermek için onun öncelikle değersiz olması gerekir. Değersiz birisine siz elbette arzu ederseniz değer verebilirsiniz. Her ne kadar gerçek olmasa da. Gerçek olan şudur ki, insana zaten değer verilmiştir. İnsan zaten değerlidir. Ve de değer insanın içerisindedir. İşte bir kişiye değer vermek yerine o kişideki değeri anlamaktır asıl olan. Örneğin, ben komşumuz Mehmet Bey'e değer veremem. O zaten değerlidir. Ben O'nun değerini anlamalıyım. Değer vermek budur. Birisi sizin değerinizi anlamadığında bilin ki değerin değerini bilmeyen birisiyle karşı karşıyasınız. Bu sorunun cevabı ileriki satırlarda daha net açıklanmıştır.

Ayrıca Değersizlik Hissi, kendinizi ucuz hissettirir. Lütfen ağır gelmesin. Çünkü aslında bu farkındalıklarla ağırlıklarınızı alıyor, hafifliyorsunuz.

Değersizlik Hissi yaşayan kişide 3 refleks meydana gelir:

1. Önemli olma refleksi
2. Narsistlik refleksi
3. Sessizlik refleksi

Önemli Olma Refleksi

Değersizlik Hissi yaşayanların önemli bir kısmı Önemli Olma Refleksi gösterirler. Önemli olma refleksi, bir yere müdür olmak, makam sahibi olmak, zengin olmak, marka giyinmek, marka mekânlarda olmak, bilim aşkıyla değil de önemli olmak için okullar okumak, sevgi ile çalışmak değil de önemli olmak uğruna kariyer yapmaktır.

Doğru anlaşılmak isterim, makam sahibi olmak, zengin olmak, marka giyinmek ve kariyer yapmak gibi refleksler illaki Değersizlik Hissi'nden olur demiyorum, olabilir de olmayabilir de. Ayrıca her sağlıklı insan makam sahibi olmaya çalışabilir, marka da giyinebilir, zengin de olabilir. Bu konulardaki sağlıklı refleksleri doğru buluyorum. Bununla birlikte Değersizlik Hissi'nden kaynaklı refleksleri sağlıklı bulmuyorum. Demek istediğim bu.

Değerli olmak psikolojik, önemli olmak sosyolojiktir. Kişiliği gelişmeyenler kimlik peşinde koşarlar. Aslına bakarsanız önemli kişi olmak önemli değildir, değerli olduğunu hissetmek değerlidir. Değerli olmadıktan sonra, önemli olmanın hiç bir değeri de önemi de yoktur. Siz değerli hissedin, sizin değerinizi anlamayan önemli kişilerin bu davranışının inanın hiçbir önemi yoktur.

Sizi temin ediyorum ki, bilinçaltınızda Değersizlik Hissi varken, istediğiniz kadar önemli olun, makamınız olsun, paranız olsun, lüks otomobiliniz olsun, kariyeriniz vb. olsun yine de Değersizlik Hissi'nden kurtulamayacaksınız. Değersizlik Hissi içinizde yuva yapmışken, en yüksek makama da atansanız, en klas marka kıyafet de giyinseniz, en pahalı arabanız da olsa Değersizlik Hissi'nin acısı devam edecek, sizi önemli yapan hiçbir şey iç boşluğunuza şifa olmayacaktır. Değersizlik Hissi'nin bir yere bir şey olmakla ya da bir şey yapmakla hiç ama hiçbir ilgisi yoktur.

Değersizlik Hissi yaşayan bir birey için önemli olmak çok ama çok önemlidir. Ve bu türlü kişilerin emrinde çalışanlara eziyet etme refleksleri olabilir. En azından kendisini diğer insanlardan büyük görür.

Bir gün bir adam, bir köyde muhtar seçilir. Seçim sonuçlarının açıklanmasından sonra yeni muhtar bir taşın başına çıkarak köy halkına teşekkür konuşması yapmak ister. Ve söze şöyle başlar "Ey köy halkı, bir gün ben de sizin gibi insan iken…" ☺

İstanbul'da yaşayan 40 yaşlarında bir hanımefendi, eşinden ayrılmış ve yine kendisi gibi eşinden ayrılan bir erkeğe âşık *olmuştu. Onunla evlenmek niyeti vardı. Doğru kişi olup olmadığını anlamak için bana gelmişti. Gelirken de, elinde "Değerli" ve "Önemli" argümanlarla gelmişti.* Âşık *olduğu erkek 45 yaşındaydı, maddi durumu da iyiydi. Fakat adamın bir refleksi vardı ki, hanımefendiyi düşündürüyordu, karar vermesini zorlaştırıyordu.*

Onu bazen telefon ile aradığında "Alo aşkım, nasılsın, ne yapıyorsun?" diye sorduğunda; "Hiiç ne olsun, milletvekili arkadaşlarla bir kafede oturduk, sohbet ediyoruz, bir şeyler içiyoruz" diyordu.

"Bu davranış bana çok sağlıklı gelmiyor ama ne olduğunu da bilmiyorum," diye sormuştu. Bu, bildiğiniz Değersizlik Hissi'nden kaynaklı Önemli Olma Refleksi'ydi. Hanımefendi, o adamdan ayrıldı. Sonrasında büyük düş kırıklıkları olmasından daha iyi elbette ayrılmaları. Tabi ben ayrılma sürecindeki ayrıntıları bilmiyorum. Ne acılar çekti vs bilmiyorum. Çünkü âşık *kişi zor ayrılır ya. Her neyse, bu "Önemlilik" kaçışları bizim radara çok net yakalanıyor.* ☺

Sizde Değersizlik Hissi varken önemli olmanızın hiçbir önemi yok. Önemli olmaya değil, mutlu olmaya bakın. Mutlu olmanın da önemli bir kişi olmakla hiçbir ilgisi yoktur. Marka kıyafetleri giyiniz ancak önemli olmak için değil. Kariyer de yapınız lakin önemli olmak için değil, kendinizi gerçekleştirmek için yapınız. Mutlu olmak öznelere, nesnelere, nedenlere, kimliklere bağlı değildir.

Burada büyük mütefekkir Mevlana'nın sözünü hatırlatmak gerekir; "Nice insanlar gördüm üzerinde elbise yok, nice elbiseler gördüm içerisinde insan yok."

Ayrıca önemli olma çabası, değersizlik hissinizi yüksek sesle haykırmak demektir.

Kendinize bir bakın, önemliye mi değer veriyorsunuz yoksa değerlinin mi değerini anlıyorsunuz? Önemliye değer verdiğinizde, “Değerden” yoksun kalırsınız. Değersize önem verenler, elinizdeki değerler elinizden alınacaktır. Her şeye yeteri kadar puan ver. 100’e 1 verme, 1’e 100 verme. 0’a gereğini yap.

İnsan, bir başka şeyle var olmaya çalıştığında büyük riske giriyor. Bir başka şeyle var olmak, o şey yok olduğunda sen de onunla birlikte yok olacaksın demektir. Kendini geliştirmenizi öneriyorum, kendiniz olun, mutlu olursunuz. Ayrıca, Değersizlik Hissi’ni başarınca hiçbir dayanağa ihtiyaç hissetmeyeceksin.

Bir başkası ile var olamaya çabalamak aslında var olmamaktır. Kendin olmamaktır, özgür olmamak, bir nevi bağımlılıktır.

Varlıkla var olmaya çalışmak da nesneldir, gerçek değildir, inanın balondur. Varlıkla var olan, yoklukta yok olur. Ne ile varsanız, o var olduğu sürece varsınız.

En iyisi, Değerlilik Hissi’ne sahip ol. Çünkü yaratılışta var olan bir duygu. Sonradan başka bir yerden alıp da koymuyorsun ki.

Değersize Değer Verme

Ayrıca, değersize değer verirseniz kendisini önemli zanneder. Önemli olan ise kendisini vazgeçilmez zanneder. Değersiz ama önemli bir kişi sana hiç ama hiç değer vermeyecektir. Değerli kişilerin değerini bilmezseniz, Önemli kişilere mahkûm olursunuz. Önemli kişiler de Değerden ve Değerliden anlamadığı için, ilişkiler nesnel olmaya mecbur kalacak ve acı verecektir.

Değerinden fazla önem verdiğin birisi için sen; değersiz, önemsiz ve gereksiz birisin. Bilmiş ol.

(Bu tür bilgilerle acı çekiyorsan, yüzleşiyorsun demektir. Demek ki güzel günler pek yakın.)

Değerliye değer verirseniz kendisini önemli hissetmez, önemli hissetmeyince de vazgeçilmez olarak bilmez ve mütevazı olur. Öz-

nenin önemli olmasının hiç bir önemi yoktur. Özneye sadece değerli olmak yakışır. Nesne ise her daim önemlidir.

Değersizlik Hissi olan kişi, ne yazık ki bir diğer kişiyi değersizleştirerek beslenir. Değerli bir kişiye tahammül edemez. Özgüvenli ve mutlu kişilere karşı iç dünyasında bir hırçınlık hisseder. Ne hazindir ki, değersizlik duygusu kişiyi hırçın yapar.

Uyumlu olmak adına köle olmayın.

Özne; "Değerli"dir ve "Değeri"ni korumalıdır.

Nesne; Her zaman "Önemli" olabilir belki bazen önemsiz.

Nesne asla değerli olmaz, olamaz, olmamalıdır.

Bir özneye bağımlılık, o özneyi nesne derekesine düşürür.

Örneğin aşk zannedilen, dostluk zannedilen kişilere bağımlılık patolojiktir ve sağlıksızdır. Üzgünüm ama bu tür ilişkilerde her iki taraf da birbirini nesnel algılıyor ve kendileri dahi bunun farkında olmuyorlar.

Özne ya da nesne fark etmez. Ama neye bağımlı olduğunu, bağımlılık geliştiren kişi ne yazık ki farkında olmuyor. Bağımlılık geliştirdiğimiz kimi özneler sözgelimi: Karınız, kocanız, sevgiliniz, anne, baba, evlat, patron vb. Kimi nesneler sözgelimi: Gayrimenkul (Mal, mülk, tapu) meslek, makam, araba, bardak, çanta, bisiklet vb.

Herkesi Bağımsızlığa Davet Ediyorum.

Bağlı ol bağımsız ol.

Sen Kaç Paralık Adamsın

Hiç düşündünüz mü? Bir gözünüz kör olsa ya da gözünüz çıksa. Amerika'da iki milyon dolara orijinal göz nakli yapıldığını duysanız bunu yapmaz mısınız? Tat alma duygunuzu tamamen kaybetseniz, yeniden tat alma duygusu yükleyen yazılım firmasına beş milyon dolar vermez miydiniz? Kalçanızda büyük bir çıban çıksa ve asla iyileşmese, ömür boyu hiçbir koltuğa, otomobile bile oturamayaca-

ğınızı bildiğinizden tedavisi bir milyon dolara mümkün olsa tedavi olmaz mısınız?

Mideniz patlasa ve hiçbir şey yiyemezseniz. Üç milyon dolara mide nakli mümkün olsa nakil yaptırmaz mısınız? Hesap etsek 100 trilyon hücreye sahip, orijinal donanım ve yazılımlardan oluşan vücudumuzun parasal değeri sanırım 10 Katrilyon doları bulacaktır. Gidip bir milyon dolara sıfır kilometre çok iyi bir otomobil alsanız o otomobile gözünüz gibi bakmaz mısınız? Aslında bu otomobile gözünüz gibi bakma refleksinizin ardında bir milyon dolarlık bedel vardır. Bırakın bir milyon doları kolunuzdaki saate bile ödediğiniz bedel kadar kıymet verirsiniz çoğu zaman.

Neden kendinize değer vermezsiniz? Neden kendinize iyi bakmazsınız? Bedelsiz olduğunuz için mi? Seni bedelsiz yaratan ustabaşına hürmeten sev kendini, anla kendini, bil kendini…

Azmettirici Enerji

"Azmettirici Enerji" bir nevi bir başkasına "Psikolojik Mobbing" gibidir. "Enerji Mobbingi." Bunu hayatımızda hiç farkında olmadan yaşamaktayız. Bilinçaltı Yasası gereği lütfen hatırlayınız dış dünyaya hangi hammadde datalarını gönderiyorsanız ona uygun ürünler bize hazır paket halinden gelecektir.

Azmettirici Enerjimiz bir şekilde duygusal bağımız olan kişilere kadar gider. Örneğin, karımız, kocamız, oğlumuz, kızımız, annemiz, babamız, sevgilimiz, aşkımız, patronumuz vb. duygusal bağımız olmayan kişilere Azmettirici Enerjimiz uğramaz. Sanırım Obama ve Putin ile kimsenin sorunu yoktur.

Örneğin, ailecek Gaziantep'te yaşıyorsunuz. Çocuğunuz eğitim fakültesini bitirmiş ve öğretmen olarak atanacaktır. Siz Gaziantep ya da yakın yerlere atanmasını isterken o, İzmir'i istemektedir. Ve çocuğunuzun ataması en sonunda Gaziantep merkezde hem de

evinize yakın bir okula yapılmıştır. Elbette ki, biz buna kader deriz. Doğrudur. İtiraz etmiyoruz. Zaten kader bizim arzularımızın toplamıdır. Yani çocuğunuzun atamasını Gaziantep'e yaptıran sizin Azmettirici Enerji'nizdir. Buna dua da diyebilirsiniz. Zaten dua da enerjidir. Hatta dualar hazır enerji paketleridir.

Akrabalar ile temelde enerji bağı yerine kan bağı vardır. Kan bağı enerji bağından farklıdır. Başka bir psikoloji geçerlidir. Bununla birlikte kan bağı olan birisiyle çoğunlukla enerji bağı da mevcuttur. Örneğin, anne ile çocuğu arasında kan bağının yanı sıra enerji bağı da vardır. Sağlıklı olanı da budur. Bununla birlikte kan bağınız olan amcanızın oğlu ile enerji bağınız olmayabilir.

Azmettirici enerjiye bir başka örnek de; beş kişi yolda yürüyorsunuz karşıdan bir köpek gelse, köpek içinizde köpekten en çok korkan kişiye saldıracaktır. Çünkü köpek korku enerjisinin sinyallerini çoktan almıştır bile. Aynen böyle ikili ilişkiler ve sosyal ilişkilerde de bizim azmettirici enerjimiz belirleyicidir.

Azmettirici Enerji konusunda bir başka pratik örnek vermek istiyorum. Örneğin, siz yaya olarak kaldırımda yürürken aynı kaldırımda karşıdan gelen kişi sizin sağdan yürüdüğünüzden emin olunca kendisi sol tarafa geçip oradan yürüyecektir. Yani aslında karşımızdaki kişinin nereden yürüyeceğine biz karar veriyoruz.

Bir gün Nasrettin Hoca'nın oğlu bir deliyi tutmuş. Hoca oğluna demiş ki, "oğlum o deliyi bırak gitsin." Oğlu da; "Baba, ben bırakıyordum da o bırakmıyor" demiş.

Aynen onun gibi bir başkası ile olan ilişkinizde iletişim sorunu yaşıyorsanız bazen bırakmak gerekir. Eğer ben bırakıyorum da o bırakmıyor diyorsanız size bunu bir örnekle açıklayayım. Masa tenisi oynarken karşınızdaki kişinin oyunu bırakması size bağlıdır. Siz raketi bıraktığınızda o da bırakmak zorunda kalacaktır.

Bir başka örnek de örneğin eşinizin sizi özgür bırakmasını istiyorsunuz. Bunun için kendinizi özgür hissetmeniz yeterlidir. Bir

başkasının size nasıl davranmasını istiyorsanız o davranışın sizdeki hissini kendinize yükleyin, iş tamamdır. Hissetmediğiniz bir duygunun karşıdan bir davranışını bulamazsınız.

Aynalık Yasası

Bu Azmettirici Enerji türü özel partner ilişkilerinde söz konusudur. Karı koca, sevgili, arkadaş, dostluk vs. Bunu Mevlana'nın Mesnevi adlı eserinde yer alan şu manadaki sözlerle anlatabiliriz: "Karşındakinde gördüğün kusur sendeki bir kusura benzer. Önce o kusuru kendi içinden atman gerekir. Sendeki o çirkin kusur sana o kişide gösterildi. O adeta sana bir aynalık yaptı."

Yani özel ilişkide olduğunuz herhangi bir kişi ile yaşadığınız sorunlarda şunu biliniz ki, bu davranış ya sizin içinizden çıktı ya da sizin içinizdeki bir soruna bir farkındalık kazandırmayı amaçlıyor. Size bir farkındalık kazandırmayı amaçlıyor dediğim de yine sizin iç dünyanızda level atlamanız gereken bir tür enerjiden kaynaklanmaktadır.

Kesin olarak söyleyebilirim ki, her kim ile ne sorun yaşarsanız yaşayın, bunun sizden tamamen bağımsız olması söz konusu değildir. Bu, sizin kusurunuz ya da bir suçunuz demek istemiyorum. Zaten öyle değil.

Azmettirici Enerji ve Aynalama Yasası

Azmettirici Enerji, kişinin içinde bulunduğu duygu durumunun en yakın partner tarafından bir davranış ve durum ile tercüme edilmesidir. Bu ne demek?

Olumlu ya da olumsuz duygularınıza göre ikiye ayrılır.

Birinci olarak; örneğin sizde Değersizlik Hissi var. En yakın partneriniz, eşiniz, iş arkadaşınız, patronunuz, belediye otobüsünün şo-

förü ya da herhangi birisi size bu duygunuzu yaşatacaktır, hissettirecektir. Öyle şeyler olur ki, allem olur kallem olur, şöyle olur böyle olur ve herhangi bir etkinlik, durum ve olay sonucunda siz bu değersizlik duygusunu hissedeceksiniz.

Bu bakımdan Değersizlik Hissi, Otomatik Azmettirici Enerji'dir. Bu konu zor gibi gelebilir, inanın çok kolay. Kabul etmek ise daha zor. Sabırlı olunuz ve devam ediniz lütfen.

Yani bizde Değersizlik Hissi olmasaydı, bir başkası bu duyguyu bize yaşatamazdı. "Senin yüzünden kendimi değersiz hissediyorum" ya da "Senin yüzünden kendimi kötü hissediyorum" sözleri gerçeği yansıtmıyor. Temel kaynak sizin bilinçaltınızdaki Değersizlik Hissi'dir.

Hatırlayınız, yukarıda "Kaynak Başka Sebepler Başkadır" diye bahsetmiştim. Burada da sizin bilinçaltınızdaki "Hissiniz" her ne olursa olsun Azmettirici Enerji olmuş oluyor.

Kaynak ⟶ sebepler ⟶ olaylar

Bir diğer örnek, sizde terkedilme korkusu olduğunu varsayalım. Karınızın, kocanızın, sevgilinizin, iş ortağınızın ya da bir arkadaşınızın her davranışının altında sizi terk edeceği bir anlam ararsınız. Bunu sürekli yaparsınız ve en sonunda da gerçekten terkedilirsiniz.

Burada, bahsi geçen partnerlerin bilinçaltı, bizim Azmettirici Enerji'mizden etkilenmiş olmaktadır. Bununla birlikte zaten, hayatımıza giren kişilerin, hayatımızdaki kişilerin belki de en önemli misyonları bize aynalık yapmaktır. Hangi zihinsel eksiğimiz varsa, hangi bakımdan henüz gelişmemiş yanımız varsa onu bize göstermektir yani "Aynalık" yapmaktır. Hep böyledir ama biz bunu bir aynalık değil de, çatışma nedeni olarak görüp çatışıyoruz, hem gelişmiyoruz hem de mutsuz oluyoruz.

Azmettirici Enerjimiz, Aynalama Yasası gereği yerini bulur, buluyor. En çok da bu, özel ilişkilerde kendini göstermektedir. Aşk, sevgili, evlilik, iş ortaklığı, komşuluk, arkadaşlık vb. Birisi bize bir şekilde kötü duygular hissettirirse, Bilinçaltı Yasası gereği, dönüp kendi iç dünyamıza bakmalıyız. Böyle bir muameleyi neden hak ettim? Bu his bana neyi anlatmak istiyor? Kendimde neler oluyor? gibi sorular sormalıyız.

Aynalama Yasası'na göre tıbbi hastalıklar için de söyleyebiliriz. Kabızlık sorununuz varsa, bu da size aynalık ediyor, haber veriyor ve demek istiyor ki; "hoop hoop, bırakamadığın duyguların var, yapma etme" Bir mide ağrınız varsa demek istiyor ki; "Hazmedemediğin, kabul edemediğin duyguların var, hallet bunları"

Burada duygular açısından şu kritik bilgiyi sizinle paylaşmam gerekiyor; sizde Değersizlik Hissi olmasaydı, herhangi bir kişi ya da durum size bu değersizlik hissini yaşatmayacaktı, hissettirmeyecekti. Ya da siz hissetmeyecektiniz. Yani durum sizinle ilgili.

Neşet Ertaş'ın "Yazımı kışa çevirdin" ve İbrahim Tatlıses'in "Benden bu ömrümü çalanı getir" türküsü çok güzel değil mi? ☺

Nasrettin Hoca misali, "hırsızın hiç mi suçu yok?" diyeceksiniz.☺ Esasen suçlu yok, suç yok. Durum var. Enerji var. Sizin Azmettirici Enerji'niz ile size bazı duyguları hissetmenize neden olan kişi, durum ve olaylar elbette sadece ve sadece sizin Azmettirici Enerji'niz ile olmuyor. Karşınızdaki kişinin de kendi enerjisi ile de ilgisi var. Fakat bu ikinci seçenek size bir yarar sağlamaz. Amaç kendi kusurunu bulmaktır, gelişmek böyle oluyor. Partner ile kavga eden birisi halen daha olayın farkında değildir demektir.

Karşınızdaki kişi de tesadüfen orada bulunmuyor, tesadüfen size öyle böyle davranmıyor. Tesadüfen sizim eşiniz değil, tesadüfen sizin arkadaşınız değil. Çünkü yaşamda tesadüfe tesadüf edilmemiştir. Her şey planlı ve mükemmel işliyor. Enerjiyi anlasaydınız, tesadüfe inanmazdınız.

Karşınızdaki kişinin de alması gereken her ne ders var ise o da dersini almış da ediyor ezber. ☺ Bilemeyiz tabi kimin ne ders aldığını ya da alacağını.

Yin Yang Yasası



Resim 9: Yin Yang

Yaşam tam anlamı ile Yin Yang yasası ile devam eder. Zıtlıkların dansı. Bunu anlayın ve boş yere yaşamı yargılamaktan vazgeçin. Büyük yararı olacaktır.

Alma verme, alış veriş, sevme sevilme, aşağı yukarı, iyi kötü, hayır şer, doğum ölüm, gece gündüz, soğuk sıcak… diye gider. Öyle olmasaydı, gece olmasaydı gündüz diye bir şey bilmezdik, olmazdı da. İyiyi kötü ile, sıcağı soğuk ile biliriz. Bitkiler de oksijen verir biz besleniriz, biz de karbondioksit üretiriz onlar beslenir.

Seversen sevilirsin. Seni karşılıksız seviyorum dediğine bakma, öyle değil o.

"Almadan vermek Allah'a mahsustur," derler. Evet aynen öyledir. ☺

"Verecek bir şeyim yok," cümlesinde

"Almayı bilmiyorum" gizlidir.

Verecek bir şeylerin olsun ki, alacaklar da gelsin. Zira Evrensel İlahi Sistem enerji karşılığı olmayan hiçbir şeyi size göndermez. Bu, yaratamaz anlamına gelmiyor. Ancak kendi yasalarına göre yaratım yapıyor. Yasa dışı bir yaratım söz konusu değil. Yani kısaca ne ka ekmek o ka köfte.☺

İlişki bariyeri olanlar, almayı bilmezler. Bu nedenle onlara duyduğumuz sevgi, elimizde patlar. Elimizde kalmış, yüreğimizde hapsolmuş sevgi; biyolojik hastalık olarak ortaya çıkar.

Özgürlük Yasası

Kendini tanımayan kendini değersiz hisseder. Kendisini değersiz hisseden de bir nevi kendi içinde tutsaktır. Kendisini tutsak hisseden de insanlarla ilişkisine sınır koyamaz. Kendi içinde tutsak olduğu için başkalarına uyguladığı sınırsız talan hakkı büyük bir patlama ile sonuçlanır. İnsanlar bize koyduğumuz sınır kadar yaklaşır. Sırrınız sınırınız olsun. Yoksa siniriniz olur. ☺

Değerlilik hissi yoksa ve önemli olmaya çalışıyorsan özgür değilsin.

Özgür değilsen özgün değilsin.

Özgün değilsen sen değilsin.

Sen değilsen özgün değil üzgünsün demektir.

Hayatınızda hep dış referanslar ölçü ise özgür değilsiniz demektir. Oysa özgürlük demek özgünlük demektir.

Eğer zihinsel bakımdan özgür değilsen törenin kölesi olursun. Töresel kölelik seni yöresel yapar. Yöresel olursan evrensel yaşam törenine davetiye alamazsın. Evrensel olmazsan yöresel kalırsın.

Bugün insanların çoğu kendi içinde tutsak ama serbest yaşıyor, neye yarar.

Özgür olamayan özgün olamaz. Özgün olamayan özgür olamaz.

Özgür, özgündür. Özgün, özgürdür.

Özgür olmayan özgür bırakamaz. Aşırı bireysel kıskanç kişi özgür değildir.

O halde, özgür ol, özgün ol, kendin ol, coşku dol, mutlu ol.

Kapitalizm Sizin Değersizlik Hissinizle Beslenir

Hiç düşündünüz mü bilmem, günümüz insanı 12 sene temel eğitim alıyor, çoğu da üniversite okuyor, hatta bazıları yüksek lisans ve doktora da yapıyor. Ne güzel değil mi? Elbette ki güzel, buna itiraz etmiyorum. Bununla birlikte Değersizlik Hissi yaşayan milyonlarca kişiye bakınca insanın sorası geliyor. Okuduğumuz bunca okullar Değersizlik Hissimizi besliyor mu, Değersizlik Hissi empoze mi ediyor yoksa Değerlilik Hissi'yle donatıp mı gönderiyor? Yani bu kadar masrafın ve emeğin bu konuda nasıl bir katkısı var? Yoksa eğitim sistemi bireyleri Değersizlik Hissi'yle mi mezun ediyor?

Ne yazık ki, ortaokulda okuyan bir öğrenci Ronaldo'nun formasını giyip de çarşıya çıkıyorsa, hatta o formayı gece yatarken bile üzerinden çıkarmıyorsa Değersizlik Hissi taa bu çağlarda başlamış demektir. Ronaldo'ya hayranlık duymak başkadır, onun ismiyle kendine marka değeri biçmek başkadır. Zira bilinçaltı kodları küçük yaşlarda edinilmiyor mu?

Eğer Değersizlik Hissimiz olmasaydı dünya çapında bu kadar marka doğmayacaktı. Çünkü Değersizlik Hissi'ni yaşayan, bu hissin

acısıyla soluğu marka mağazalarda alıyor, marka ürünlere yüksek harcama yapıyor, marka kafelerde caka satıyor (!)

Hâsılı Değersizlik Hissimiz en çok kapitalizmin işine yararken en çok bize zarar veriyor. Hem mutsuz oluyoruz hem paramızı çaldırıyoruz. Aslına bakarsanız gönüllü sömürü söz konusu…

Mutsuz oldukça alışveriş yapmak ne kadar çözüm, belki de hiç değil. Mutlu değilsen mal toplarsın. Sonra bir bakarsın ki nal toplamışsın. ☺

Terör örgütleri de değersizlik hissinden beslenip kendisine böyle eleman temin ediyor. Bu terör örgütünün silahlı ya da silahsız olması da fark etmiyor. Anne babaların ve öğretmenlerin vermediği değeri, değersizlik yaşayan birey terör örgütlerinden gördüğünde adeta gönüllü yem oluyor. İlginçtir ki, kapitalizm ile terör örgütleri arasında bir şekilde bir bağ olabileceği akıllara geliyor.

Önemlilik Bataklığı

Bu arada hiçbir insan değersiz değildir. Çünkü "Her insan özel bir projedir." İnsan, nasıl değersiz olabilir ki? Değerden anlamayanların yüzünden "Bir okyanusu akvaryuma sığdırmaya" çalışırsınız. Sığmaz, sığmaz. Evet insan okyanus gibidir, akvaryuma sığmaz. Çoğu daralıp bunalması da bundandır insanın.

Bununla birlikte önemsiz olabilirler. Bu önemsizlik dahi bir tercihtir. Aslında önemli olmanın bir önemi yoktur. Önemsiz olmanın da bir önemi yoktur.

Değersizlik Hissi yaşayan insanlar değerin ve değerlinin değerini bilmezler. Bu nedenle değerli şeyleri ucuz, değersiz şeyleri pahalı görme eğilimindedir. "Altından sarraf anlar" deyimini hatırlatmak isterim.

Değerlilik Hissi olan kişi için önemlilik sorunu mevcut değildir ama Değersizlik Hissi yaşayan kişiler önemlilik bataklığının tehdidi altındadır.

Değersizlik Hissi olan bir insanın önemli olma çabası, ne yazık ki susuzluktan kurtulmak için tuzlu su içmeye benzer. Su içer ama susuzluğu artar.

Değersizlik Hissi yaşayan kişi önemli bir makama geldiğinde kimseye değer vermeyerek, güya ezerek eski günlerin acısını çıkaracaktır. O yüzden değersizlik hissi olan kişilere bir makam verilmemelidir. Ezmeye kalkışan eziktir.

Gelişmiş zihinler gereksiz şeyleri göremezler. Gelişmiş zihinler düşük enerjilerle ilgilenmezler. Gelişmemiş zihinler de gerekli olanları göremezler. Yine gelişmemiş zihinler de yüksek enerjileri fark edemezler. Gelişmiş bir zihin onu geliştirmek dışında alt kültürle ilgilenmez.

Değerli birisinin değerini anlamayıp değerliye değersiz muamelesi yaptığınızda, değersiz ama önemliye mecbur ve mahkûm olursunuz. Türkiye şu anda tam olarak bunu yaşıyor.

Değerden anlamayan birisinin seni anlamasını beklemen abesle iştigaldir. Dedik ya, altından sarraf anlar diye. Ve kafasız kafadan ne anlasın. “Bu kafasız benim kafamı neden anlamıyor diye kafasızlık yapma.” ☺

Ahmak birisine laf anlatmaya çalışmak taşa tohum ekmek gibidir. Taşa tohum ekilmez, ahmağa laf anlatılmaz. Taşa tohum ekmeye kalkışmak mı? Hiç tavsiye etmiyorum. Ayrıca değerden anlamayan kişiye değerli bir şeyi izah etmeye çalışmak pırlantayı ucuza satmak gibidir.

Bakırı altın zanneden kişi altından anlamayan kişidir. Bakırı altın, altını bakır zanneder. Böyle bir kişi bir nevi aptaldır. Aptala laf anlatmaya çalışmak da bir nevi aptallık olmaz mı? Akıllı ol.

Değersizlik Hissi olan kişi kendisini ucuz hisseder. Bu ucuzluktan kurtulmak için farkında olmadan önemli olarak değer kazanmaya çalışır ki, bu imkânsızdır.

"Sen benim kim olduğumu biliyor musun?" diyen birisi, değersiz ama önemli olduğunu vurgulamak istiyor.

Değer kavramının farkında olmayan ama önemli kişilerin çoğu havalı olur. Kolay şişen adam boş balondur. Sadece hafif şeyler havalanır. Değerli olmak kendinden, önemli olmak dışarıdan elde edilir. Ve tabi ki kazanımları kendinden olmayan havalı olur. Ve Evrensel İlahi Sistem de ona günün sonunda Hava Alma Sistemini HAS'ı devreye sokarak kendine HAS üslubuyla "havan batsın" diyecektir. ☺

Bu arada söylemeden geçemeyeceğim;

Henüz kendini tanıyamamış, mutsuz kimi kişiler var ki, maddi sorunu olmadığı halde, bir şeyler üretmek istiyorum, ben evde oturamam, şeklinde düşünenler, hiçbir şeye ihtiyacı olmadığı halde iş arayanlar, kendini kaybetmiş ve bulamıyor olabilirsiniz. Böyle kişilerin ilk önce araması gereken kendisi ve bulacağı da kendisi olmalıdır. Kendini bulan kendini bilir, kendini bilen haddini bilir, haddini bilen yaşamı bilir, yaşamı bilen her dem yeniden dirilir.

Aksi halde ne iş, ne eş, ne şu, ne bu, aslında aradığımız ve ihtiyacımız olan şey olmayabilir. (Doğru anlaşılmak isterim; çalışmaktan, üretmekten ve kalkınmaktan yanayım.)

Ne yapın edin mutlu olmaya bakın. Popüler olmak ile ilgilenmeyin. Popüler olmak önemli ve bilinen birisi olmak insanı ruhsal ve duygusal anlamda asla doyurmayan, aksine tuzlu su içmek gibi bir başka bilinçaltı tuzağıdır. Popüler ve meşhur olanlar çok mu mutlu?

Mutlu olduktan sonra popüler olmasan ne, mutsuz olduktan sonra popüler olsan ne...

Eğer varsa popüler olma arzunuz, bu arzunun altındaki gerçek hisse bakmak gerekir. Çünkü popüler ve önemli olma arzusu, gerçekten belki de bu hissi size buldurmak istiyor.

Tüm bunlarla beraber popüler ve meşhur olmak kötüdür denemez. Bazen doğal bir sonuçtur. Bazen de gereklidir.

Pratik Değersizlik Hisleri

En çok kıskananlar en çok Değersizlik Hissi yaşayanlardır. İsterseniz şöyle toparlayalım.

- Kıskançlık ⟶ Yetersizlik korkusu
- Kibir ⟶ Değersizlik korkusu
- Küçümseme ⟶ Aşağılanma korkusu

  Mükemmeliyetçilik ⟶ Onaylanmama korkusu
- (Mükemmeliyetçi olmanın arkasında, derin bir yargılanma korkusu yuva yapmıştır...)
- Şüphecilik ⟶ Çaresizlik korkusu
- Yalancılık ⟶ Suçlanma korkusu
- Cimrilik ⟶ Yokluk korkusu
- Tembellik ⟶ Yetersizlik korkusu
- Dik başlılık ⟶ Güçsüzlük korkusu

Üzülmeyiiin, üzülmeyiiin.

Her sorun bir fırsattır. Ve lütfen şu hikâyecikten hissenizi alın.

Çatlak Kova Hikâyesi

Hindistan'da bir sucu, boynuna astığı uzun bir sopanın uçlarına taktığı iki büyük kovayla su taşırdı sahibinin malikânesine. Kovalardan biri çatlaktı. Sağlam olan kova her seferinde ırmaktan sahibin evine ulaşan uzun yolu dolu olarak tamamlarken, Çatlak Kova içine konan suyun sadece yarısını eve ulaştırabiliyordu. Bu durum iki yıl boyunca her gün böyle devam etti. Sucu her seferinde sahibinin evine sadece 1,5 kova su götürebildi. Sağlam kova başarısından gurur duyarken, zavallı Çatlak Kova görevinin sadece yarısını yerine getiriyor olmaktan dolayı hep utanç duydu.

İki yılın sonunda bir gün Çatlak Kova ırmağın kıyısında sucuya seslendi. "Kendimden utanıyorum ve senden özür dilemek istiyo-

rum." "Neden?..." diye sordu sucu. "Niye utanç duyuyorsun ki?..." Kova cevap verdi: "Çünkü iki yıldır çatlağımdan su sızdığı için taşıma görevimin sadece yarısını yerine getirebiliyorum. Benim kusurumdan dolayı sen bu kadar çalışmana rağmen, emeklerinin tam karşılığını alamıyorsun." Sucu gülerek şöyle dedi Çatlak Kova'ya. "Sahibin evine dönerken yolun iki kenarına dikkatlice bakmanı istiyorum."

Dönüşte tepeyi tırmanırken Çatlak Kova patikanın iki yanına dikkatlice baktı. Patikanın bir yanında kuru otları ve yanındaki yabani çiçekleri ısıtan güneşi gördü. Fakat yolun diğer yanında birbirinden güzel rengârenk açan allı kırmızılı çiçekleri gördü.

Sucu kovaya sordu: "Yolun sadece senin tarafında çiçekler olduğunu ve diğer kovanın tarafında hiç çiçek olmadığını fark ettin mi?... Bunun sebebi benim senin kusurunu bilmem ve ondan yararlanmamdır. Yolun senin tarafına çiçek tohumları ektim ve her gün biz ırmaktan dönerken sen onları suladın. İki yıldır ben bu güzel çiçekleri toplayıp onlarla Sahibin sofrasını süsledim. Sahip de her defasında mutlu oldu ve bana teşekkür etti. Sen böyle olmasaydın, Sahip evinde bu güzellikleri yaşayamayacaktı."

Bu metafor hikâyede gördüğünüz gibi kusurlarımızın da bir hikmeti vardır. Bunları biliniz ve kendinize küsmeyiniz. İşin sosyolojik boyutuna bakarsak, her insan bir şekilde yeteneklerine göre, hislerine göre bir takım çalışmalar yapar, üretim yapar, ekonomi olur, döngü olur, hayat olur.

İşin sosyolojik tarafına bakarsak "ekonomi", edebiyat tarafına bakarsak "psikoloji", parapsikoloji tarafına bakarsak "bilinçaltı" kaynağı gözükmektedir.

Her şekilde de hayat güzeldir. Ne demişler; "Güzel gören güzel düşünür, güzel düşünen hayatından lezzet alır."

Narsisizm Refleksi

Değersizlik Hissi o kadar acı ki, en iyi bastırma refleksi aslında Narsisizm Refleksi'dir. Bu Değersizlik Hissi acısını derinden yaşayan kimileri bu duygunun tam tersini tercih eder ve narsist davranışlar sergiler. Narsist kişi o kadar yoğun bir Değersizlik Hissi yaşıyor ki, kendini kendi kendine önemli kılıyor, hatta en önemli kılıyor. Kendine tapıyor. Kendini en önemli ilan ediyor. Mütevazılığın doğallığını ve tadını hiç alamıyor. Zımnen kendi kendine farkında olsa da ele güne karşı; güçlü, önemli ve seçkin görünmeyi tercih ediyor. Ne acı!

Bu arada narsistlik ile özgüven karıştırılmasın. Narsistlik sağlıksız, özgüven sağlıklıdır. Narsist haddini bilmez, özgüvenli kişi haddini bilir. Narsistlik ile özgüveni ayırt etmek için şunu söyleyelim; Narsist kişi, "sadece ben yapmalıyım" derken, özgüvenli kişi ise "ben de yapabilirim" demeyi tercih eder.

Bu arada kendine güvenmek Allah'a güvenmektir. Kibir ise narsisizmdir. Değerlilik hissi olan mütevazı, olmayan narsist olur. Şunu da demeden geçemeyeceğim, yalnızca özgüvenli kişiler takdir edebilirler. Özgüveni olmayanlar takdir edemezler.

Farkındalığı oluşmamış bir özgüven patlak davul gibidir. Çünkü farkındasız özgüven, özgüven değildir.

Deneyim 14 (Şişmiş egosuyla yüzleşen Demet'in öyküsü)

Kadıköy ofisimde danışmanlık yaptığımız sevgili Demet'ten bahsetmek istiyorum size. Demet 24 yaşındaydı. Mühendislik fakültesi mezunuydu ve ailesiyle birlikte İzmir'de yaşıyordu.

Ofisimin kapısına "Ofisimize ego ile birlikte girmek tehlikeli ve yasaktır." ve "Bu ofise girmeden önce lütfen egonuzu dışarıda bırakınız" ya da "Bu ofise egosu olanlar giremez" yazısını yazmak istesem de yazmadım ve yazmayacağım. Aslında egolu insanlar terapi ve danışmanlık için gelmezler ve gelemezler. Fakat sevgili Demet gelebilmişti.

Sevgili Demet ofisime geldiğimde egosu tavan yapmış, narsisizmin dibini yaşıyordu. Fakat kendisi bunun farkında değildi. Değersizlik dosyasını çalışmaya başladığımızda "Hocam, bende Değersizlik Hissi yok, bu konuyu işlemeyelim, gerek yok" demişti. Bunu derken hem beden diliyle hem ses tonuyla kendisini ele vermişti fakat yine bunun da farkında değildi. Değersizlik dosyasına gerek yok derken bile ses tonu kızgın ve beden dili telaşlıydı.

Ben de Demet'e, "Tabi ki sende Değersizlik Hissi yok, çevrendeki insanları aydınlatman için bu konuyu işleyelim istiyorum" dedim. Gizli narsisizm yaşayan Demet doğal bir refleksle ve çok mutlu olarak "ay tabi ki çok iyi olur" dedi. ☺

Değersizlik dosyasını çalışmaya devam ederken ve saatler ilerledikçe yüz ifadesi çok ciddi üzgün hale geliyordu. Fakat yine de ben hissediyordum ki, bu değersizlik hissini kendisine konduramıyordu.

İstiyordum ki Demet, bırakın Değersizlik Hissi olmasını; narsist olduğunu kendisi tespit edebilsin. Birkaç hafta ilerledikten sonra Demet bana whatsapptan mesaj gönderdi.

"Hocam, şu anda ellerim titriyor. Bir haftadan bu yana uyuyamıyorum. Çünkü bir haftadan bu yana bende narsisizm olduğunu fark ettim. Narsist olduğuma inanamıyorum ama öyle hocam."

Ben de bu iletiye, bir gülücükle cevap verdim. ☺

Demet şunu yazdı:

"Yani hocam, biliyordum mu demek istiyorsunuz?

Ben yine gülücük gönderdim. ☺

"Evet hocam anlamıştım, biliyordunuz."

Ben tekrardan gülücük gönderdim. ☺

Demet ile birkaç seans daha çalıştık, çok ama çok keyifli geçti. Tüm sorunlarını tamamen çözmüş olarak ofisimden ayrılırken "Hocam, İzmir Gündoğdu Meydanı'na heykelinizi dikeceğim" dedi ve gitti.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………

………

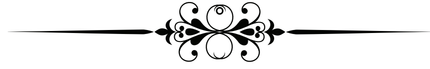
Sessiz Refleks

Değersizlik Hissi yaşayan kimi insanlar da bunu kanıksayıp sessizce içine gömülüp ömrünü böyle sürdürmeyi tercih ediyor. Muhtemelen ya bir çıkış kapısı bulamıyor ya da çaba sarf etmek ağır geliyor.

Böyle kişiler erken yaşlanıp, çok hastalanıp, erken ölürler.

Farkındalık şifası dilerim.

5. BÖLÜM



TERCİH YASASI

Her İnsan Özel Bir Projedir

İnsan en muhterem varlıktır. Tüm evrene baktığımızda bir toz parçası kadar görünmeyen insan yokla var arasında dahi bir yer kaplamazken, ne kadar değerli ve ne kadar muhterem ki, tüm kâinat onun için yaratılmış ve onun emrine verilmiştir.

Biliyorum bu didaktik bilgileri hepimiz biliyoruz ama hiçbir tesiri olmuyor. Bilinçaltımızdaki Değersizlik Hissi yine devam ediyor. Çünkü bu bir tercihtir. Haydi, bilinçli tercihinizle bu gidişe bir dur deyiniz ve yukarıdaki metni kendinize sık sık telkin ediniz.

Demek istiyoruz ki; Değersizlik Hissi'nden kurtulup Değerlilik Hissi'ni yaşayabilmek için bilinçaltınızda yeni gerekçeler oluşturmanız gerekiyor. Bu ilk başlangıçta çok zordur. Türkçe'de bir deyim var; "Kırk yıllık Kâni olur mu Yani" diye ve konumuza ışık tutuyor. Bununla birlikte, başarabilirsiniz.

Aslına bakarsanız Değersizlik Hissi yaşamamız için hiçbir tutarlı ve gerçekçi zihinsel gerekçe yok iken, çocukluğumuzdan bu yana yaşadığımız yoğun kimi hisler bize bu duyguyu tattırıyor. Sıradan bir insan bu hislerde boğulup, yaşamı kaçırıp erken yaşlanırken, gerçekten ayrıcalıklı insan da, bu gidişe dur demeyi biliyor. Aslında bu gidişe dur demeyi bildiği için ayrıcalıklı insan oluyor.☺

Tercih sizindir.

Arz ederim. ☺

Kendini Sevmemek

Kendini Sevmemek de bir tercihtir. Bununla birlikte yanlış bir tercihtir. Dikkat ederseniz zaten hep yanlış tercihlerden kaybediyoruz.

Kendini Sevmemek kendini mutsuzluğa mahkûm etmektir. Kendini Sevmemek kendini hiçbir iyi şeye layık görmemektir. Kendini

Sevmemek kendi mutsuzluk fermanını vermektir. Kendini Sevmemek, kendinden memnun olmamak ve kaderinden razı olmamak demektir. Kendini Sevmemek yaratıcıyı yargılamaktır. Kendini Sevmemek erdemli bir davranış sergilediğini zannetmektir.

Kendini sevmenin kibir olduğunu hatta günah olduğunu düşünenler varsa tercihinize karışamayız. Oysa bu paradigmaya göre kendini sevmemek günahtır. Çünkü kendini sevmeyen, hiç kimseyi ve hiç bir şeyi sevemez, somurtmak ana karakteridir. Bilinçaltı ihmaldedir, ihlaldedir ve isyandadır. Hangisi günah?

Kendini sevmeyen bir başkasını asla sevemez. Kendini sevmeyen Allah'ı da sevemez. Kendini sevmeyen nesnelere tutsaktır. Kendini sevmeyen tutsak olduğu için özgür değildir. Sev kendini özgürleş, sev kendini gürleş, sev kendini ol Güneş. Kendisini sevmeyen başkasını sevemez. Kendisini değersiz hisseden başkasına değer veremez. Kendisine saygısı olmayan başkasına saygı duyamaz. Kendini sevmezsen yaşlanırsın. Yaşamazsan yaşlanırsın.

Bazı insanların gözü sadece kusur görür.

Bazı insanların gözü sadece kusur görmez.

"Eğer sen kusursuz olsaydın başkalarının kusurlarını bulup çıkarmaya bu kadar meraklı olmazdın." Anton Çehov

Kendini sevmekten kastımız; narsisizm değildir. Zaten kendini seven narsist olamaz. Hatta ve hatta kibirli hiç olamaz. Asıl kendini sevmeyen kibirlidir. Çünkü kendini seven tatmin halindedir. Çünkü kendini seven kendinden ve kaderinden memnundur. Böyle bir kişide kibir ne gezer. Oysa kendini sevmeyen sürekli bir kusur arama refleksinde ve kendisini ispat etme çabasındadır.

Kendini Sevmemek yaşamındaki tüm partnerlerine hayatı zehir etmek demektir. Özellikle eş ve evlilik ilişkilerinde kendini sevmemek tüm sorunların ana kaynaklarından birisini teşkil etmektedir.

Kendini sevmeyen bir kişi aynı zamanda mutlu olmayı bilemeyen kişidir. Mutlu olmayı bilemeyen bir kişiyi kim mutlu edebilir? Kendini sevmeyen bir kişiyi kim sevgiye inandırabilir?

Bilinçaltı Yasası gereği, bir kişi kendini sevmiyorsa yine kendisini sevmeyeceği ve yine kendisinden memnun olamayacağı deneyimler yaşamak zorundadır. Bu deneyimleri yaşatan çoğunlukla en yakın partnerler olacaktır. Örneğin, eş, karı-koca, anne-baba, çoluk-çocuk, eş-dost ve yakın çalışma arkadaşları... Bu deneyimleri neden en yakın partnerlerle yaşarız, hiç düşündünüz mü? Çünkü bağ kurduğumuz insanların davranışları bizi üzüntüye sevk edebilir. Yoksa Obama'nın, Putin'in bize özel bir davranışı ve bizi üzme ihtimali yoktur. Farkındalık için üzüntü bir ihtiyaç olmuştur senin için.

Peki Ama İnsan Kendisini Niçin Sevmez

Sevmemeyi tercih eder. Sonra ise kendi kendine zımnen gerekçe toplar.

(İnsan kabul edemiyor ama böyle)

Kendini sevmeyerek sanal bir güvenlik bariyeri oluşturur.

(Kendini sevmeyip dikkat çekmeyen ve basit bir hayat yaşayarak başkalarıyla çatışmaktan kurtulup güvenlik elde eder. Çünkü bu tuzaklar hep ilkel beyin refleksleridir.)

Değersizlik ve özgüven yoksunluğundan kendini sevmeye ve kaliteli bir yaşama layık görmez. (Tamamen bir illüzyondan ibarettir.)

Bize hep mutluluğun dışarıdaki şeylerden olduğu öğretildi. Hatta mutluluğun dışarıdaki özne ve nesnelerden olduğunu zannederek büyüdük. Büyüdükçe gördük ki öyle değilmiş. Bazen bir bakıyoruz ki nice varlıklı kişiler mutsuz, bazen de görüyoruz ki yoksul ama mutlu. Güncelle kendini…

"Sıradan insan, hayatının mutluluğunu kendi dışındaki şeylerde zanneder." (Schopenhauer)

Ne demiştik; "Birinci vazifeniz kendinizi sevmek, ikinci vazifeniz kendinizi mutlu etmektir." Diğerleri olmasa da olur. İlginçtir ki, kendini sevince ve mutlu edince diğer her şey de kendiliğinden oluyor ve olacaktır da.

Üzülmek Mutsuz Etmez

Üzülmek üretim yaptırır, mutsuzluk ise batırır. Mutsuz kişi üretim kabızlığı yaşar. Üzülmek geçicidir aslında, mutsuzluk kalıcı olabiliyor. Üzüntünün kalıcı olmaması için, içine kapanma, gökyüzüne bak, yağmurda yürü, balık ekmek ye, külahta dondurma ısmarla kendine, denizde taş sektir, olmadı terasa çık, olmadı balkona çık… Yani şu duygu durumundan çık. Kendine gel.

Böyle yaparak üzüntü kalıcı olmaktan çıkar dağılır. İçine kapanıp kendini dinlersen, üzüntü sende yuva yapar, hatta izin verirsen rezidans bile diker.☺

Mutsuz iken neden acı çekeriz biliyor musunuz? Çünkü insan mutluluğa göre yaratılmıştır. Mutsuzluk sonradan icat edilmiştir. Bu nedenle mutsuzluk büyük bir başarıdır. Bu başarıdan dolayı sizi kutlarım. ☺

Üzüntünün içine düşersen, üzüntüyü mutsuzluğa dönüştürürsen anda kalamazsın. Anda kalmak ise yaşamın ta kendisidir. Sadece anda iken hayatı tam yaşarız. Bir bebeği koklarken, çok sevdiğin birisiyle sohbet ederken, ayaklar çıplak vaziyette yeşil ve serin çimler üzerinde yürürken, toprağa yalın ayak basarken, gökyüzüne bakarken, çok sevdiğin bir kitabı okurken, çok büyük keyif aldığın bir şeyi yaparken (örneğin araba kullanmak, kızınla dans etmek, oğlunla güreş tutmak) gibi anlar.

Jorge Luis Borges'in şiirine kulak verelim.

"Eğer yeniden başlayabilseydim yaşama,

İkincisinde daha çok hata yapardım

Kusursuz olmaya çalışmaz, sırtüstü yatardım.
Neşeli olurdum ilkinde olmadığım kadar
Çok az şeyi ciddiyetle yapardım.
Temizlik sorunum olmazdı
Çok az riske girerdim
Seyahat ederdim daha fazla
Daha çok güneş doğuşunu izler,
Daha çok dağa tırmanır,
Daha çok nehirde yüzerdim.
Görmediğim birçok yere giderdim
Dondurma yerdim doyasıya,
Ve daha az bezelye.
Gerçek sorunlarım olurdu
Hayali olanların yerine
Yaşamın her anını gerçek ve
Verimli kılan insanlardandım
Yeniden başlayabilseydim eğer,
Yalnız mutlu anlarım olurdu.
Yaşam budur zaten.
Anlar, sadece anlar.
Sizde anı yaşayın!
Hiçbir yere yanında
Termometre, su, şemsiye ve
Paraşüt almadan gitmeyen insanlardandım ben
Yeniden başlayabilseydim
İlkbaharda pabuçlarımı fırlatır atardım
Ve sonbahar bitene kadar
Yürürdüm çıplak ayaklarla

Bilinmeyen yollar keşfeder,
Güneşin tadına varır,
Çocuklarla oynardım, bir şansım olsaydı eğer.
Ama işte seksen beşindeyim
Ve biliyorum, ölüyorum."

Dikkat ederseniz anı yaşarken depresyon ve endişe yok, huzur var, sevgi var, mutluluk var. Ne zaman ki depresyondasınız, endişe ve kaygı dolarsınız biliniz ki anda değilsiniz. Bilinçaltı anda olmamanın acısına dayanamaz ve yanlış yapmaya oldukça meyilli bir duruma gelir.

Lao Tzu şu sözüyle bu durumu çok güzel açıklar:

"Depresyondaysanız geçmişi,
Endişeli iseniz geleceği düşünüyorsunuz.
Mutluysanız şu andasınız demektir."

Mutsuz kişi sorumlulukları erteler. İlginçtir mutluluğu dahi erteler. Mutsuz kişi duygularını bastırır. Bastırılan duygular da er ya da geç patlar. Ve duyguları patlayan kişi bu patlamanın altında kendisi kalır.

Mutsuz kişi sorun çözemez hatta sorunun bir parçası olur. Sorunun parçası olan doğru soruyu soramaz. Doğru soru soramayan doğru cevap alamaz.

Mutsuzluk tüm kötülüklerin anasıdır. Hayat yaşamayan insan hayâsız olur. Kendin için bir şey yapmazsan nefsin için yapmak zorunda kalırsın, şımart kendini. Kendine iyi bakmazsan nefsin kuduracaktır, ödüllendir kendini.

Tüm duygular denizdir. İstersen üzerinde keyifle sörf yaparsın, istersen içinde boğulursun.

Mutlu ol, gül eğlen "çok güldük ağlamayalım" safsatasına da inanma. Ayrıca mutlu kişiler bilimden nasiplenir, bunu da bil. Mutsuz kişilere bilim dörtnala gelmez. Ne kadar mutluysan o kadar hız-

lı, dörtnala gelen bilimin içinde yaşarsın. Ya öğrenir okursun, ya da hayat canına okur. Bu konuda son sözüm, "sevmeyi bil, bilmeyi sev."

Kötü günler her zaman için gelecekteki güzel günlerin habercisidir.

"Gamına gamlanıp olma mahzun,
Demine demlenip olma mağrur.
Ne gam baki, ne dem baki.
Ya Hu."

Yavuz Sultan Selim

Mutsuzluğu Tercih Etmek

Mutsuzluk tüm kötülüklerin anasıdır.

Dikkat, ülkemizde yoğun bir mutsuzluk salgını var ve hızla yayılmaktadır. Lütfen kendinizi ve sevdiklerinizi bu salgından koruyunuz.

Mutsuzluğu tercih etmek de bizim kültürümüzde yerleşmiş bir durumdur. Gerçek mutluluğun sadece ama sadece bir tercih olduğunu anlatmakta zorluk çekiyoruz. Çünkü ömrümüzün tamamında hep koşullu yetiştirildik.

İçinizde ne varsa dış dünyada gözünüz onu görür. Dışarıda gördükleriniz, içeriden baktıklarınızdır. Gönlünüz hazır değilse gözünüz görmez. Gönlünüz neye hazırsa gözünüz onu görür. Dış dünyada mutlu olacak bir şey göremiyorsanız, içinizde mutluluk dürbününün merceği kırılmış demektir. İçin göremiyorsa gözün kör olur. Gözün kör olsa dahi gönül gözünle görebilirsin. Dışarıyı seyretmek için her zaman kendi içine bak.

2017 yılında ev hanımı bir danışanım İstanbul'dan Berlin'e gitmişti. Berlin'de akrabaları ile on gün geçirdikten sonra üç günlük gezi için Londra'ya gitmişti. Londra'dan Paris'e oradan da İstanbul'a dönmüştü. Yaklaşık on altı gün seyahat edip gezdikten sonra İstanbul'a dönen danışanım Leyla Hanım'a, "Neler gördün,

neler hissettin, anlat bakalım" diye sorduğumda, "hiçbir şey hatırlamıyorum" demişti. Çünkü Leyla Hanım mutsuzluğu tercih etmiş ve dış dünyada halen hiçbir güzelliği göremeyen birisiydi. Ben de ona Sertap Erener'den "Artık tat alamıyorum, çiğnemeden yutuyorum" şarkısını armağan etmiştim. ☺

"İnsan gördüğüne inanmaz, inandığını görür." (Juan Antonio Bayona)

Hayattan, zihinsel levelınıza göre tat alırsınız. Bir Çin Atasözü der ki; "Yükseklere çıkamayan uzakları göremez," hayata, zihinsel rakımınızdan bakarsınız.

Mutlu olmayanlar, mutluluğu hep sahip olamadıklarında ararlar. Para, zenginlik, ihtişam, makam, şöhret, ev, villa, araba ve çeşitli nesnelerde olduğunu zannederler. Eğer öyle olsaydı tüm zenginlerin, tüm makam sahiplerinin, tüm meşhurların, villası olan herkesin, lüks araba sahiplerinin mutlu olması gerekirdi. Oysa böyle bir korelasyon, oysa böyle bir ilişki kesinlikle söz konusu değildir.

Mutluluğun varlıkla yoklukla, zenginlikle fakirlikle, makamla mukamla, şanla şöhretle hiçbir ilgisi yoktur. İçinde cehennem varsa dışındaki konfor yok hükmündedir. Fakir olup mutlu olan da var, mutsuz olan da var. Zengin olup mutlu olan da var, mutsuz olan da var. Kadıköy ofisime belediye otobüsü ile gelen de oluyor, pahalı lüks aracı ile gelen de oluyor.

İstanbul'dan gelen tam 40 yaşındaki Nahide Hanım'ın yaşamı, yaşadığı soruna inanamayacaksınız. Sıkı durun; Nahide Hanım 40 yaşındaydı, 15 yıllık evliydi ve bakireydi. Adeta mutsuzluk için ıslak imzalı dilekçe vermiş ve sonucunu yaşıyordu. Yani mutsuzluğu tercih etmişti. İnanın başka hiç ama hiç bir şey değildi.

Yukarıda anlattıklarımı defalarca teyit ettim, gerçekten mutluluk sadece ama sadece bir tercihtir. Ama biliyorum bu son cümle size çok ütopik ve teorik geliyor. Yine aynı deyim devreye giriyor: "Kırk yıllık Kâni olur mu Yani" Olur olur, biraz sabır.

Bilinçaltı var olan inancının doğru olduğunu, hatta tek doğru olduğunu düşünür. Siz de o nedenle zorlanıyorsunuz. Endişelenmeyin, bunu da aşacaksınız. Çünkü zaman gerekiyor.

Sonuç itibariyle mutsuzluğuna doy da gel. Siz yeter ki mutluluğu seçin, açılan sandıklara inanamayacaksınız.

Deneyim 15 (Mutlu olmayı günah zanneden bir kadının öyküsü)

Terapi ve danışmanlık için Kadıköy ofisimize Samsun'dan gelen Nuriye Hanım ve Necmi Bey'in öyküsüne kulak verelim. Bir gün seans sırasında Nuriye Hanım'ın kendisini hiç sevmediği ve mutsuzluğun adeta karakteri olduğunu fark etmiştim. Sağ olsun var olsun narsist değildi ama çok mutsuzdu.

Kendisini mutluluğa layık görmüyor, gülmenin günah olduğunu zannediyor. "Mutlu olduğumda sanki başıma kötü bir şey geleceğinden korkuyorum" diyordu. "Ayrıca mutlu olduğumda hemen kendimi bastırırdım. Çünkü günah işliyormuşum gibi hissederdim."

Sürekli somurtuyor, arada bir içindeki cevheri keşfediyordum. Nuriye Hanım'ın bilinçaltındaki cevher mutluluktu. Bunu istiyordu ama bir türlü arzu boyutuna getiremiyordu. "Eğer mutlu olursam günah işlerim, başıma kötü şeyler gelir, üzülmek erdemdir ve mutsuzluk kaderdir" şeklinde inanıyordu.

Tüm bu yaşadıklarının sonucunda eşiyle geçimsizlik yaşıyor. Mutlu olamayınca da mutlu edemiyordu. Eşiyle çatışıyor, çocuklarıyla çatışıyor ve hâsılı kendisi ile çatışıyordu. Bu çatışma ortamında kurmaya çalıştığı yuvanın direkleri kırılıyor. Kendisi ve ailesi zaman zaman bu yıkıntının altında kalıyordu.

Nuriye Hanım, seansların ortalarına doğru, sanırım dördüncü seansın sonunda şöyle dramatik bir cümle kullanmıştı: "İçimdeki sesler hiç benim değilmiş, kendi sesimi yeni duymaya başladım."

Ve bir gün Nuriye Hanım'ın bilinçaltında kodlanmış bulunan önemli bir bulguya rastladık. Nuriye Hanım'ın kendi sesinden din-

leyelim: "Hocam, şuanda hatırıma geldi, sanıyorum altı yaşındaydım. Evimizin bahçesinde güle oynaya geziyordum. Sonra mutlulukla gelip annemin kucağına oturdum, rahmetli annem beni öpüp koklarken büyük bir mutluluk, huzur ve doygunluk hissini tam yaşıyordum ki, yanımızda bulunan babaannem kızgın ve hiddetli bir ses tonuyla "Neye gülüyorsun, Cennet mi bağışladılar?" dedi ve ekledi; "Sırat'ı mı geçtin, neden kıkırdıyorsun?"

Nuriye Hanım o günden bu yana ne zaman mutlu olacak olsa, ne zaman gülecek olsa sebebini bilmediği bir şekilde birden kendini kötü hissediyor ve mutsuz oluyordu. Nuriye Hanım kendisini kötü hissetmesine neden olan inancın hatırasına seans sırasında ulaşmıştık.

Terapi danışmanlık sürecinin bir safhasında artık mutlu olmaya başlamıştı ki bu mutluluğunu bile bastırıyordu. Çünkü bilinçaltı mutluluğu tanıyamamıştı. Adeta yabancı bir cisim yaklaşıyor gibi korkuyordu. Üstelik bu yeni durumda da kendisini günahkâr hissetmeye devam ediyordu.

Değerli okurlar, bir olayı unutursunuz ama o olayın hissini unutmazsınız. Nuriye Hanım'ın sürekli mutsuzluk hissinin kod boyutundaki his hatırası ortaya çıkartılmıştı. Artık güncellemesi mümkündü. Tabi ki önce yüzleşmenin verdiği acıdan sıyrılması, babaannesine duyduğu öfkenin sevgiye dönüştürülmesi gerekiyordu. Onu da başardık, başardı.

Bu arada "Kadın Mutluysa Herkes Mutludur" kitabının yazarı olarak diyorum ki, kız çocuklarını çok seviniz. Erkek çocuklarını da seviniz ama kız çocuklarını daha çok seviniz. Neden? Çünkü ne kadar çok mutluluk anıları birikirse, ne kadar çok kendini iyi hissettikleri anlar birikirse artık sanırım biliyorsunuz ki bilinçaltındaki kodlar bu anlardan ve hislerden ibarettir. O halde, çocukluk anıları içerisinde ne kadar çok mutluluk, ne kadar çok iyi hissetme anıları varsa, bu hisler yetişkin çağımıza transfer edeceğine göre mutlu olmanın sırlarını biriktirmiş olursunuz.

Şu anda size inanılmaz bir sır vermiş oldum.

Çocukluk anılarının olaylarını unutsak da hisler kalıcıdır.

Çocukluk anıları bilinçaltımıza his (enerji) olarak kodlanır.

Çocuklukta ne kadar çok iyi hisler kodlanırsa, kişi yetişkinliğinde o kadar çok mutlu ve başarılı olur.

Çocuklukta iyi his anıları için, çocuklarınızı sadece seviniz.

Sakın başka bir şey yapmayın, sakın. Olsa olsa güven veriniz.

Çocukluk yılları yükümlülük değil, mutluluk yıllarıdır.

Sınavların, çocukları mutsuz etmesine sakın izin vermeyiniz.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

…………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………

Deneyim 16 (Hayatına erkek sinek girmeyen Melis Hanım'ın öyküsü)

27 yaşındaki Melis Hanım'ın hikâyesi... Beş yıllık öğretmen olan Melis Hanım, 27 yıllık yaşamında hayatına bırakın bir erkek arkadaş edinmeyi erkek sinek bile girmemişti. İçten içe aşk için yanıyor, sevda yaşayıp sonra evlenmek istiyor ama bir kişiyle dahi irtibata geçemiyordu.

Fazla sayıda seans yaptık Melis Hanım'la. Bilinç üstünde âşık olmak ve evlenmek istiyordu. Bilinçaltında ise aşka inanmıyor ve erkeklere güvenmiyordu. Tezata bakar mısınız? Paradoksu görüyor musunuz?

İnsan hep böyledir, hem de hep böyledir. İnanılması güç ama hepimiz böyleyiz. Bilinç üstümüz ile bilinçaltımız arasında ne yazık ki tezat, tenakuz ve paradoks yaşıyoruz hem de neredeyse her gün yaşıyoruz.

Melis Hanım sorumsuz bir babanın kızı, sevgisiz bir annenin kızıydı. Tabi ki bunlar yani babasının sorumsuz olması ve annesinin sevgisiz olması ajitasyon için, mutsuzluğa tutunmak için, mağdura yatmak için harika sebeplerdi.

İşin doğrusu Melis Hanım bu mağdura yatma konusunu erken çözmüş ve bana geldiğinde Mağdura Yatma Refleksi'nden kurtulmuştu. Fakat şu mutsuzluğun dibini sıyırma olayında bayağı mahirdi. Seanslarımızın ilk ayları Melis Hanım'ın yüksek volümlü dirençleriyle geçti. Mutsuzluğu tercih ettiğine inanamıyor, bunu kendisine yakıştıramıyor, güya güçsüz olduğunu düşünüp kendisini sevmiyordu. Mağdura yatmanın kıyısına gidip gelip kendisini yoruyor, babasına kızgınlığını dizginlemeye çalışıyor, abisinin durumuna hayıflanıyor ve annesine acıyordu.

Tüm bunlardan sonra Melis Hanım kesinlikle iyi niyetli hatta melek gibi diyebileceğim bir kişiliğe sahipti. Bu iyi halleri Evrensel Sistem'le bağ kurmasını kolaylaştırıyor, kendisiyle yüzleşmeyi zor da olsa başarıyordu.

Önce kendisini affetti, yüzleşti, gürleşti, ağladı, sızladı ve başardı. Evet, kendisini affetti. Ve sonra kendisini sevmeyi başardı. Bilin bakalım daha sonra ne oldu? Tekrar ediyorum; kendisiyle yüzleşti, ağladı, sızladı ve sonra kendisini affetti. Daha sonra kendisini sevmeye başladı. Daha sonra da mutluluğu tercih etmeyi zor olsa da başarmıştı. Şimdi tekrar soruyorum, daha sonra ne oldu?

1. Annesi ve babası hiç yapmadıkları bir şey yapmaya başladılar. Melis'i öğretmenlik yaptığı şehirde ziyaret etmeye başladılar.
2. Melis'in hayatında ilk kez erkekler çevresinde pervane olmaya başladı.
3. Çalıştığı okulda yaşadığı iletişim sorunları birkaç ayda tamamen son buldu.
4. Çeşitli meslek gruplarından erkekler Melis'e arkadaşlık teklif etmeye başladı.
5. Anne babasının evine Melis'i istemeye gelen başka kişiler olmaya başladı.
6. Melis'in kafası döndü, neler oluyordu, mutluluktan uçuyordu. Aman Allah'ım bunlar gerçek miydi?
7. Kendisine talip olan 8-10 kişiden birisine âşık oldu ve şimdi onlar nişanlı.

8. Bana niçin geldiğini unuttu. ☺

Not: Mutsuz kişi, yatak odasındaki saat sesini tren geliyor gibi zanneder. Mutlu kişi ise “hangi saat” diyerek içindeki mutluluğa odaklandığını gösterir.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………

Bu Dünya Bir İmtihan Yeri midir?

Bir imtihanınız olsa, sınıfı geçmek için okulda bir imtihan olsa, ne yaparsınız? Mali Müşavirlik sınavı, Sürücü Kursu Sınavı, KPSS, ALES, TUS ya da diğer sınavları, imtihanları düşünün lütfen. Buradaki hedefiniz ne olurdu? Bu türden imtihanlara giren kişiler ne yapıyorlar? Hedefleri nedir?

Hedefleri, öğrenmek mi? Yoksa sınavı geçmek mi? Elbette ki sınavı geçmek... Bu sınavları geçtiğinde sınıfı geçersin, sürücü belgeni alırsın, öğretmen ya da memur olarak atanırsın. Ama işte bu sınavları geçmiş olman, sınav konularını öğrendiğin anlamına gelmiyor. Ya ezberliyorsun ya da başka türlü ve bir şekilde sınavı geçiyorsun ve sonuçtaki ödül ne ise onu da kazanıyorsun.

Yaşam sınavı öyle değil. Soruların değil sorunların cevabını gerçekten öğrenmeden, gerçekten idrak etmeden, farkındalık kazanmadan imtihanı geçirmiyor, kazandın saymıyor. Adeta zihnimize bir otomatik ve elektronik şamandıra yerleştirilmiş gibi “Farkındalık” olduğu anda sınıf atlatıyor aksi halde Alpay’ın “Eylül’de gel” şarkısı ile bütünlemeye bırakıyor. Sen farkında oluncaya kadar seninle ilgileniyor. Önce okşuyor, sonra seviyor, bir sonrasında tokatlıyor. Anlamazsan öteki yanağa bir tokat atıyor. Olmadı, yumruk, olmadı bi tekme. ☺

Yaşam Sınavı’nda Evrensel İlahi Sistem’in bizden istediği iki temel faktör var. Onları başarmamız için bizimle böyle ilgileniyor.

Yani bize garezi yok, bizi seviyor ondan, bizi geliştirmek istiyor, bizi adam etmek istiyor, o nedenle.

O iki şey;

1. Bakış Açısı
2. Niyetlerine dikkat et.

Doğru bir bakış açısına ulaşıncaya kadar, niyetlerini yönetmeyi öğreninceye kadar Evrensel İlahi Sistem bizi takip ediyor. Hatta ölünceye kadar bu, devam ediyor. Çünkü insan için gelişimin üst sınırı yok gibi bir şey.

Bu kitabın da bu iki maddeye hizmet ettiğini artık biliyorsunuz.

Şimdi derim ki,

Türkiye'de "İmtihan" denilince ne anlaşılıyor? Allah bizi imtihan ediyor öyle mi? Bizi sevmiyor mu? Elinde sopa ile bizi kovalıyor mu? Bizi sevmeseydi bu olağanüstü Güneş Sistemi'ni yaratmazdı. Bu Güneş'i başımın üzerinize koymazdı. Bu Dünya gezegeninde inanılmaz güzel bir yaşam vermezdi. Yeşilin her tonu ile mest etmez, yiyeceklerin envai çeşidi ile aklımızı başımızdan almazdı. Aşk gibi, sevgi gibi, şefkat gibi üst düzey duygularla bizi kendimizden geçirmezdi.

Eğer bizi sevmeseydi, vücudumuzu en mükemmel bir fabrika gibi 100 trilyon hücreye sahip akıl almaz bir düzenekte yaratmazdı. Eğer bizi sevmeseydi, hücrelerimizi hatta atomlarımızı da öylesine inanılmaz bir saray gibi yaratmazdı.

Eğer bizi sevmeseydi, özel bir proje olarak yaratmazdı. Yarattığı her şeyi bizim için yaratmazdı. Güneş Sistemi düzeneği, ötesinde Samanyolu Galaksisi'ni, ötesinde de 200 milyar galaksiyi yaratmazdı.

Eğer bizi sevmeseydi, Antalya'da Düden, Erzurum'da Tortum, Erzincan'da Girlevik Şelalesi'ni yaratmazdı. Eğer bizi sevmeseydi, İstanbul Boğazı'nı, Gaziantep'te Alleben Deresi'ni, Şanlıurfa'da biberi, Samsun'da güzel denizi, Ege kıyılarını ve şahane sahillerini yaratmaz-

dı. Abant Gölü'nü, Kazdağları'nı, Giresun'da fındığı, Amasya'da elmayı, Niğde'de patatesi, Adana'da portakalı, Osmaniye'de yer fıstığını, Gaziantep'te fıstığı, Aydın'da inciri, Ankara armudunu, tiftik keçisini, hâsılı yüz milyonlarca yiyecek, içecek ve hayvanı yaratmazdı.

Malatya'da kayısıyı, Karadeniz'de hamsiyi, mavi gökyüzünü, sevdiğinin gözünü, aşkının sözünü yaratmazdı. Mikrodan makroya, habbeden kubbeye bu muazzam âlemi, evreni yaratmazdı. Torun sevgisini kalbimize koymaz, aşktan titretmezdi. Damarımızı yaratıp içerine hayat akışını koymazdı.

Yunanistan'ın yeryüzü harikalarını, İsviçre ve Avusturya'nın Alplerini yaratmazdı. Zürih Gölü'nü, Nevada Çölü'nü, denizleri, ırmakları, çiçekleri böcekleri yaratmazdı.

Dağların içine maden, yerin altına su ve petrol doldurmazdı.

En yüksek çözünürlüğe sahip gözümüzü yaratmaz, en üst düzey teknolojiden de üstün bilgisayar sistemi olan beynimizi hem ağzımıza dilimize tat alma yazılımını yükleyip, buna karşılık da lezzetli yiyecekleri yaratmazdı.

Demek ki hâsılı bizi seviyor hatta öyle böyle değil çok fena seviyor belli ki. Bizden istediği "Düşünmek" / doğru niyetlerle, doğru bakış açısı ile mutlu olmamızı istiyor. Bu kadar her şeyi ve her şeyimizi mükemmel yaratan bu mutlak güç, söyler misiniz bana mutsuz olmamızı hiç ister mi? Neden istesin?

Bir yerde mükemmel bir demiryolu varsa, o tren içindir. Çok harika bir otoyol varsa o, motorlu taşıtlar içindir. Bu evren mükemmel ise, bizi de onun içerisinde mükemmel yarattı ise o da mutlu olmamız içindir.

Siz çocuğunuzun, sevdiğiniz kişinin mutsuz olmasını, sürünmesini, rezil olmasını, fakir fukara yaşamasını ister misiniz? Aynen öyle de Allah da bizim mutsuz ve kötü olmamızı istemez. Bir düşünün, siz onu sadece doğurdunuz ama O yarattı. Nasıl ki siz, çocuğunuz yanlış bir şey yaptığında ona tokat atabilirsiniz ki o tokadın amacı

“Oh olsun” değildir. Uyarmak ve doğruyu öğrenmesi içindir değil mi? Eee, gerisini anlatmama gerek var mı?

Yaşadığınız olaylar, üzücü şeyler vs. inanın bize Allah’ın kahır sillesi değildir. En kötü olsa bile şefkat tokadıdır. “Bu gidiş gidiş değil” mesajıdır. İnanın, başarısızlık daha çok şey kazandırır insana. İnsan, yanlış yaparak, hata ile öğrenir. İnsanın özelliği bu. Hata ve yanlışta ısrar edenler ise, onlar henüz olayın farkında değildirler demektir.

İmtihan deyince anlaşılan, “E ne yapalım, bu dünya imtihan dünyası, sabredeceğiz artık, yapacak bir şey yok” şeklindedir. Bu doğru değil. İmtihan yok, tekâmül var. Olaya, “bu bir imtihandır, sabırlı olmaktan başka çaremiz yok” şeklinde baktığında ne kazanıyorsunuz, bir düşünün. Kazanılan hiç bir şey yok, kaybedilen çok şey var.

İmtihan deyip durmak, tembelliğe kılıftır. İmtihan değil, gelişim var, tekâmül var. İmtihan deyip durmak tekâmül getirmez. Tekâmül etmedikçe de dozu artarak devam eden yaşam sorunlarıyla, bireysel sıkıntılar ve hastalıklarla boğuşup durmak zorunda kalacaksın. Bir şey yaşadığında bir dur ve içine bak, kendini dinle. İçine bak, sonra işine bak...

Kısaca toparlamak istiyorum;

İmtihan olarak değerlendirirsen, odağın öğrenme değil de imtihanı geçmek oluyor. Oysa sistemin amacı öğretmektir. Bu şekilde öğrenme olmadığı için süreç uzayıp gidiyor. Taaki öğreninceye kadar senin imtihan dediğin şey defalarca tekrarlanıyor. Öğrenme gerçekleştiği anda oradaki tıkanıklık sona eriyor ve zihinsel level atlıyorsun.

Allah’ın emirlerinden birisi de mutlu olmaktır. Hangi ayette geçiyor diye soranlara cevap veriyorum: Güneşe bak, elma ye, Trabzon hurması ye, pınarlardan su iç, gökyüzünü hisset, kedi sev, çocukların başını okşa, vb. anlarsın. Anlamazsan anlamak için kendini geliştirmek için çaba sarf et.

Mutlu Etmek İçin Sıraya Geçenler

Eğer sen mutlu olmaya karar verirsen insanlar seni mutlu etmek için sıraya geçerler. Eğer sen kendini seversen insanlar seni sevmek için sıraya geçerler.

Ya da tüm bunların tersini düşün.

İşte Melis Hanım'ı gördünüz. Mutsuzluğu tercih etmiş iken güya herkes onu mutsuz ediyordu.

Kendini sevmiyorken güya onu hiç kimse sevmiyordu. Peki, şimdi ne oldu? İnanın Melis Hanım'daki gelişimlere tanıklık etmiş birisi olarak oldukça mutlu ve heyecanlıyım. Melis Hanım bazen öyle heyecanlanıyordu ki, gözlerinin içi gülerek büyük bir mutlulukla bir "hocaaamm!" demesi vardı ki görülmeye değerdi.

Mutluluk nasıl bir şey, biliyor musunuz? Üç beş yaşlarındaki bir kız çocuğunun doğal halleri gibidir. Sevimli, tatlı, şirin, samimi, içten, doğal, temiz, safi, iyi niyetli vs.

Mutluluğu tercih edip etmediğinizi nereden anlarsınız, biliyor musunuz? Yaşadığınız her türlü olaya verdiğiniz tepkiden bunu rahatlıkla anlayabilirsiniz. Herhangi bir olay ya da durum sonuncunda öfke, kızgınlık, kırgınlık, değersizlik, sevgisizlik, kimsesizlik ve kendini kötü hissetme varsa mutluluğu değil mutsuzluğu tercih ettiğiniz ortaya çıkmaktır.

"Ruhun şarkı söylerse hayat seni dansa kaldırır" diye belirtmiştik yukarıda. Evet, Evrensel İlahi Sistem; hayat beni dansa kaldırsın ben sonra şarkı söylerim yalanına inanmıyor. Önce senin şarkı söylemeni bekliyor, sonra seni dansa kaldırıyor. Senin ruhun şarkı söylemiyorsa, Evrensel İlahi Sistem seni yatırıma değer bulmuyor ve sana yatırım yapmıyor. Üzgünüm. ☺

Haydi ne duruyorsunuz, şarkı söylemeye başlayın, sistem size çoktan dans pistini hazırlayacaktır.

Beni Mutlu Eden İSPARK Olayı

Geçtiğimiz aylarda hafta içi bir gün sabah her zamanki gibi arabamla Kadıköy'e gelmiştim. Arabamı, Kadıköy'de bulunan çok sayıdaki İspark'lardan birisine park etmiştim. (İspark, İstanbul Büyükşehir Belediyesi'nin ücretli otopark hizmetlerinin verildiği yerlerin adı) Sabah henüz ofis saatim başlamak üzereyken telefonum çaldı. Arayan Volkswagen İstanbul idi. Telefondaki hanımefendi, "Selahattin Bey, arabanızı Kadıköy İspark'a park etmişsiniz. Bir görevli kişi aradı, plakayı verdi, arabanızın ön sol camını açık unutmuşsunuz, yağmur yağacakmış, gidip arabanızın camını kapatabilirsiniz"

İspark çalışanlarından birisi Volkswagen'i aramış, Volkswagen de "Bu bizim işimiz değil" demeyip beni aramıştı. Şaşkın ve mutluydum.

İstanbullular bilirler, İstanbul'da hiç bir otopark görevlisi böyle bir şey yapmaz. Volkswagen de böyle bir şey yapar mı, bilmem. Bildiğim bir şey var ki; "Ben mutluluğu tercih ettikten sonra, beni mutlu etmek için insanlar sıraya geçerler."

Ve telefondaki Volkswagen yetkilisine teşekkür edip gittim, arabamın açık olan camını kapattım. İspark içerisinde dolaştım, kimseyi göremedim ki teşekkür edeyim. Sonra Büyükşehir İspark Genel Müdürlük ile görüşüp teşekkür ettim. O çalışan kişiyi bulmalarını istedim. Halen bulamadılar. ☺ Hızır mıydı acaba. ☺

Mutluluğu tercih ettiğinizde, Azmettirici Enerjiniz gider tüm evreni dolaşır ve insanların sizi mutlu etmesi kaçınılmaz olur. Çünkü siz kendinizi seviyorsunuz ve iyi davranıyorsunuz. Aynen öyle de, insanlar da sizi sevecek ve iyi davranacaklardır. Eğer siz kendinizi koyun hissederseniz de, eline bıçağı alanlar başınıza dikilecektir. ☺

İnsan Melek ve Şeytanın Karışımından Oluşmuştur

Şeytan şeytandır; melek de melektir. İkisinin karışımına insan denir. Yani her bir insanda hem şeytan hem melek özellikleri vardır. İnsanın melek tarafını ya da şeytan tarafını harekete geçiren şey bizim melek ya da şeytan tarafımızdaki enerjidir.

Karşımızdaki insandan melek gibi davranış istiyorsak ona melek tarafımızdan enerji göndermeliyiz. Karşımızdaki insan bize şeytan gibi davranıyorsa, bunun kaynağı bizim bilinçaltımızdaki şeytani enerjidir.

Beni Mutsuz Edenler Var Ya (Tercihli Mutsuzluk)

Mutsuz olmak çok kolay. Mutsuzluğumuzun nedenlerini dışarıda aramayı da çok severiz. Hep böyle büyüdük, yanlış anladık. İşin aslı öyle değil. Hiç kimse bizi mutsuz edemez ve dahi etmiyor. Hiç kimse bizi mutlu da edemez ve dahi etmiyor.

Mutluluk, tamamen bir tercihtir. Bizi mutsuz ettiğini zannettiğimiz kişiler, bizim azmettirici enerjimizle bize karşı bir takım davranışlar sergileyebilirler. Zira neyi bekliyorduk ki? Çünkü Bilinçaltı Yasası'na göre mutsuzluğu tercih etmiş birisi mutsuz olmak zorundadır. Bilinçaltında Mutsuzluk Hissi bulunan birisi, dış dünyada kendisini mutsuz hissettirecek deneyimler yaşamak zorundadır. Mutsuz kişi mutlu olmak için neden arar, mutlu kişi nedeni neden arasın?

Bu deneyimleri de elbette ki sistem, yakın çevresindeki kişilerin eliyle yaşatacaktır. Bilinçaltında Mutsuzluk Hissi bulunan birisi inanın hiçbir şeyden mutlu olamayacaktır. Ve vara yoğa kızıp bağıracaktır. Hatta gözüne soka soka mutlu olması gereken durumlarda daha da çileden çıkar ve mutsuz olmak için olmadık atraksiyonlar geliştirir. Ne garip değil mi, ne garip?

Mutlu olmak isteyeni kimse mutsuz edemez, mutsuz olmak isteyeni de kimse mutlu edemez. İşte bu kadar...

Deneyim 17 (Kocasından boşanamayan kadının öyküsü)

Yıllardır yapmış olduğum terapi ve danışmanlık çalışmalarımda evlilik sorunlarında ne kadar ciddi problem olursa olsun şuana kadar hiçbir çiftin boşanmasına müsaade etmedim. Daha doğrusu öyle çalışmalar yaptık ki, boşanma konusu kendiliğinden gündemden düştü.

Tüm bunlarla birlikte kocası kendisini on sene önce terk edip giden ve başka bir kadınla yaşayan kocasından resmi olarak bir türlü ayrılamayan Zübeyde Hanım'ı kocasından resmi olarak ayırma konusunda çaba göstermiştim. (Çünkü bu evlilik gerçekte bitmişti.) Zübeyde Hanım, yaklaşık on yıldır iki çocuğu ile birlikte İstanbul'da yaşıyor ama aklı on yıl önce kendisini terk edip giden kocasındaydı. Kocası on yıldan bu yana Zübeyde Hanım'dan resmi olarak boşanmak için çok istekli olmasına rağmen Zübeyde Hanım, her hâkim karşısına çıktığında allem ediyor kallem ediyor davayı erteletmeyi başarıyordu.

Gerçekte olmayan bir evliliği Zübeyde Hanım'ın ısrarla devam ettirmesinin hiç kimseye yararı yoktu. Peki ama bu ısrarın nedeni neydi? Adam, karısı Zübeyde Hanım'a İstanbul'da iki daire, bir dükkân veriyor, bir de tatmin edici miktarda her ay ödenecek nafaka teklif ediyordu. Ama kadın tüm tekliflere kapalıydı.

Altından ne çıktı biliyor musunuz?

Zübeyde Hanım şöyle düşünüyordu: "Kocamdan boşanırsam mücadeleyi kaynanam ve görümcem kazanmış olacak. Ben kazanacağım Hocam, onlara bu mutluluğu tattırmayacağım". Bakar mısınız sevgili dostalar, Zübeyde Hanım mutsuz olmaya karar vermiş ve bunun için de kaynana ve görümcesini bunun için adeta görevlendirmiş oluyordu.

Bir kişi mutsuz olmaya karar verdiğinde iki şey olacaktır:

1. Mutlaka mutsuz olacak bir şey bulacaksınız.
2. Sizi mutsuz edecek kişi, durum ve olaylar hayatınıza gelecektir.

Bir kişi mutlu olmaya karar verdiğinde iki şey olacaktır:

1. Mutlaka mutlu olacağı bir şey bulacaksınız.
2. Sizi mutlu edecek kişi, durum ve olaylar hayatınıza gelecektir.

Siz mutsuz olmaya karar verdiğinizde, Evrensel İlahi Sistem sizi mutsuz edecek kişi durum ve olayları size göndermeyi ihmal etmeyecektir. Siz mutlu olmaya karar verdiğinizde de yine Evrensel İlahi Sistem sizi mutlu edecek kişi, durum ve olayları size kadar gönderecektir. Tercih sizindir.

Mutlu olmak isteyeni kimse mutsuz edemez, mutsuz olmak isteyeni de kimse mutlu edemez. İşte bu kadar...

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………….

Deneyim 18 (Yonca Hanım'ın enteresan öç alma taktiği)

İstanbul'un Avrupa yakasında özel bir şirkette insan kaynakları müdürlük görevini yürüten, oldukça eğitimli hatta doktora bile yapmış olan sevgili Yonca Hanım'ın öyküsü oldukça dramatik. 35 yaşına gelmiş ve halen evelenememiş olan Yonca Hanım ile haftalar süren bir çalışma yaptık.

Onlarca erkekten çıkma teklifi alıyor, ancak birkaç tanesi ile çıkma denemesinden de sonuç alamıyordu. Birisi ile nişanlanmış ancak nişanı kendisi bozmuştu. Olmuyordu, bir türlü olmuyordu. Annesi her gün onlarca defa, evlenememiş olmasını sorun yapıyor ve O'na evlenmesi için baskı yapıyordu.

Birkaç hafta yaptığımız çalışmalar sonuç vermiş ve bakın ne bulmuştuk? Evlenememesinin altında yatan Bilinçaltı Kodunu duyduğunuzda inanın küçük dilinizi yutacaksınız. Sıkı durun...

Ona şu soruyu sordum: " Yonca Hanım, evlendiğinizde mutlak olarak kaybedeceğiniz bir şey olmalı ki, bilinçaltı buna müsaade et-

miyor. Ya da evlenmeyerek kesin olarak bir şeyi elde tutmuş oluyorsunuz. Lütfen bunu bir değerlendirelim."

Yonca Hanım'ın bilinçaltı bu sorunun cevabını bize iki hafta sonra vermişti ve o da şuydu: "Eğer evlenirsem annem mutlu olacak. Ben onun mutlu olmasını istemiyorum. Onun mutsuzluğunun devam etmesi için evlenmemem gerekiyor."

Yonca Hanım'ın çocukluğunda yaşadığı bir takım sorunlar nedeniyle aslında annesini sevemediği ortaya çıkmıştı. Evlenemeyerek de sevmediği annesini mutsuz ederek ondan adeta intikam alıyordu.

Ne kadar ilginç değil mi? Bilinçaltının ne değişik ve enteresan atraksiyonları var değil mi?

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………….

Şu Bizdeki Faydalı İnsan Modeli

Mutlu olmazsan faydalı insan olamazsın.

Mutlu olmazsan hayırlı işler yapamazsın.

Mutlu olmazsan hayırlı evlat da olamazsın.

Mutlu olmazsan iyi bir eş de olamazsın.

Mutlu olmazsan iyi bir anne baba da olamazsın.

Kendine yararı olmayanın başkasına faydası olamaz. Kendisi ayakta duramayan bir başkasına dayanak olamaz. Mutlu olmanın yolu direkt olarak başkasını mutlu etmek değildir. Çünkü kendisi mutlu olmayanın yanında hiç kimse mutlu olamaz. Kendisi mutlu olamayan başkasını da mutlu edemez. Tabii ki doğru anlaşılmak isterim; bencillikten bahsetmiyorum.

Deneyim 19 (Dubleks villada mutsuz olan kadının öyküsü)

Ofisime gelen bir evli çift vardı. Emel Hanım ve Hakan Bey İstanbul Bakırköy'de 6+1 odalı dubleks lüks bir villa satın almışlar ve orada yaşıyorlardı. Hanımefendi ise bu durumdan rahatsızdı. Evi beğenmiyordu. Neden diye sorduğumda, ortaya koyduğu argümanlar inandırıcı değildi. Oysa anladım ki, mutsuzluğu tercih etmiş birisiydi ve böyle lüks bir evin mutluluğuna hazır değildi. Ve ilginç olan da, bilinçaltında bir şey tespit ettim ki, "biz 2+1 evde yaşayıp mutsuz olmalıyız, burada bu şekilde mutsuz olurken de neden büyük bir daire alamıyoruz deyip yine mutsuz olmalıyız" hissi vardı.

Ayrıca 6+1 gibi lüks bir dubleks villaya kendisini layık görmüyor ve de layık hissetmiyordu. Oysa 2+1 şeklindeki eskiden yaşadıkları evde de mutsuzdu. Çünkü bu ev onlara küçük geliyordu ve daha büyük bir ev alınması için söylenip duruyordu. Kocasının maddi durumu iyileşmiş ve dubleks bir ev alabilmişlerdi. Maddi gelirleri yükselmiş ama mutsuzluk hisleri aynıydı.

Tabiiki terapi seansları sonrasında hanımefendi kendisini sevmeyi öğrenmiş, mutluluğu tercih etmeyi başarmış, eşiyle yaşadığı gereksiz tartışmalar son bulmuştu. Yaşadığı evi artık çok seviyor, şükran duygusunu her daim hissediyor ve kendisini bu eve layık görüyor, ait hissediyordu.

Gördüğünüz gibi mutluluk içimizde, gerçekten içimizde. İçimizde mutluluk tercih olarak yoksa dış dünyada elde ettiğimiz hiç ama hiçbir şey bizi mutlu edemeyecektir. Şairlere âşık olup, müteahhitlerle evlenen kadınlara duyurulur. ☺

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

Mutsuz Kişiler Mutlu Kişileri Neden Sevmezler?

Evet öyledir. Mutsuz kişiler mutlu kişileri gerçekten sevmezler. Aslında sevmedikleri kendileridir. Çünkü mutlu kişilere bakarlar, "nasıl oluyor da onlar mutlu da ben mutsuzum, ben neden mutlu olamıyorum" diye aslında kendilerine kızmaktadırlar. Mutsuzlar, mutluları kıskanırlar.

Mutlu kişilerin mutluluğundan mutsuz olan birisi, mutsuzdur.

Zenginlerin zenginliğini kıskanan ise, fakirdir ve fakir kalacaktır.

Çare, mutlu kişilerin sizden farklı ne yaptığıdır.

Zenginlerin sırrının ne olduğu?

Ve tabi ki kendini sevmek koşulu ile.

Bolluk ve bereket mutlu kişilere doğru akar.

Mutsuz kişiler de buna öylece bakar. ☺

Mutsuz kişiler, çoğunlukla mutsuz kişileri arkadaş edinirler. Çünkü onların mutsuzluğunu görüp kendini bir nevi teselli ederler çünkü yalnız olmadıkları hissiyle rahatlarlar. Ayrıca benzer benzeri çeker. Ve de mutsuz kişi ile mutsuzluğunu paylaşıp yine mutsuz olmaya devam ederler.

Sıkmayın canınızı, bu bir yüzleşme kitabıdır. ☺

"Yüzleşmeyen güzleşir, yüzleşen gürleşir." Haberiniz olsun. Korkmayın, yüzleşin ve gürleşin.

Enerji Vampirlerine İzin Vermeyin

Mutsuz kişilerin bir özelliği de mutsuz ederek beslenir. Mutlu kişilerin enerjilerini de emerek beslenme eğilimleri vardır. Yanı başınızda yaşayan ve somurtan bir kişi bilin ki çoktan size kancayı takmış ve enerjinizi emiyor, haberiniz bile yok.

Hep yargılayan hep sorgulayan, hep eleştiren, hep sözlü saldırıda bulunan kişilerden, yılandan akrepten kaçar gibi uzak durunuz. Çünkü onlar, enerji vampirleridir. Enerji emicilerdir. Çünkü onlar sizin enerjinizi çalarak besleniyorlar. Buna izin vermeyin.

İlginç bir şey daha söyleyeyim ki, kendi kendinize karşı somurtmak da kendi enerjinizi tüketmek, çekmek ve yok etmektir.

Sezen Aksu'nun Manifesto şarkısına kulak verelim:

"Niye herkes bu kadar ciddi
Okunmamış kitaplar ama ciltli
Asık asık yüzlü insanlar
Ta yüreğine kadar kilitli

Ne gülümseme ne günaydın yok
E tabi üçüncü sayfada olay çok
Haberler hep son dakika şok şok
Yaşamak inadına hemen şimdi
Yaşıyoruz desinler diye
Bizi çok sevsinler diye
Oof… oof…"

İsmet Özel derki, *"Ne derler diye, kahrolası bir put vardır."*

Lütfen en son putunuzu kontrol ediniz. Çünkü ne yazık ki farkında olmadan kodlarımız putlarımızdır.

Deneyim 20 (Mutsuz oldukça mutlu olan kadın)

Yine danışanlarımdan sevgili Hatice Hanım ve sevgili Yusuf Bey'in öyküsüne yer vermek istiyorum. Hatice Hanım 35 yaşında ve bir kamu kurumunda memur. Kocası Yusuf Bey ise 38 yaşında otomotiv sektöründe üretim departmanında mühendis.

Yusuf Bey Hatice Hanım'ın mutlu olması için nasıl da çalışıyor, bir bilseniz. Ne yapsa mutlu olmayan eşini mutlu etmek için tüm imkânlarını kullanıp yeni binada güzel bir daire almış ancak Hatice Hanım yine mutlu olamamıştı. Yusuf Bey bunun üzerine gidip pahalı ve lüks sıfır bir otomobil alır. Hatice Hanım yine mutlu olmaz. Mutlu olmamakla kalmayıp en ufak bir şeyde en büyük kavgaları çıkarmak konusunda da mahirdir.

Yusuf Bey ne yapsa ne etse de hatta ağzıyla kuş tutsa da, göklerde uçsa da, denizin üzerinde yürüse de Hatice Hanım'ın mutlu olacağı yoktur.

Uzun uğraşlar ve çalışmalar sonucunda Hatice Hanım'ın hayatından bir sahne yakaladık. Her sabah işe gitmek için karı koca hazırlık yaparken, evdeki çocuklarına bakmak üzere Hatice Hanım'ın anne babası eve gelmektedir. Hatice Hanım, anne babası her sabah kapıdan giriş yaptığı sırada (üzerine basa basa söylüyorum; her sabah) çocukları onlara teslim edip otoparktaki aracına yönelmektedir.

İşte tam bu noktada Hatice Hanım, kapıda çocukları anne babasına teslim ederken oldukça mutsuz ve somurtan bir çehre ile inanılmaz acı bir zevk almaktadır. Kendisini her sabah anne babasına somurtkan, mutsuz ve perişan göstererek onların mutsuz olmasını istiyordu. Onların mutsuz olmasını daim kılmak için de kendisi sürekli mutsuz oluyordu. Ve bu mutsuzluğundan da bir nevi mutluydu.

Hatice Hanım henüz 12 yaşındayken ortaokul yıllarında bir akşam akrabalarla evlerinin salonunda oturmuş çay içmektedirler. Bu sırada bir şekilde ayağa kalkıp salondan çıkmak isterken eteği sehpanın üzerindeki fincana çarpar ve fincan yere düşüp kırılır. Bunun üzerine salonda bulunan babası hiddetli bir sesle "Önüne baksana, kör müsün? Sen o kırdığın fincana bile değmezsin, o fincan senden kıymetli. Senin o fincan kadar bile kıymetin yok. Seni şu kafesteki kuş kadar sevmiyorum!" diyerek azarlar. O zamanlar henüz 12 yaşında olan Hatice, babasının bu tavrını çok ciddi sorun yapar, içerisine sindiremez, babasını affedemez. Babasına büyük bir kin ve nefretle büyür. Yıllar geçer kendisiyle beraber içerisindeki kin de büyür. Ve onlardan en derin, en ciddi, en can alıcı öç alma refleksini geliştirir. Çünkü bilinçaltı bilir ki, kızı mutsuz olduğunda baba, mutsuz olacaktır.

İşte görüyorsunuz Hatice Hanım, babası mutsuz olsun diye kendisi de mutsuz oluyordu. Yani babasından öç almak için en şiddetli yöntemi babasına karşı kullanıyordu.

Hatice Hanım'ın mutsuz olmasının altında yatan kaynak kodlar bunlardı. Oysa Hatice Hanım eşi Yusuf Bey ile birlikte bana ilk geldiğinde bunlardan bana hiç bahsetmemişti.

İşte görüyorsunuz, insan ne garip bir varlık. Bir başkası mutsuz olsun diye kendini mutsuz edebilmek.. Yani bir nevi ayağına ateş etmek gibi bir şey.

Önemli başka bir ayrıntıyı da belirtmek istiyorum ki, aslında Hatice Hanım'ın babası Almanya'da çalışıyor ve yaşıyordu. Kendisi de Türkiye'de annesi ve kardeşi ile birlikte yaşıyordu. Bu bahse konu olan olayda da babası Almanya'dan izine gelmiş ve güya hep birlikte vakit geçiriyorlardı. Ve bu vakit kötü geçiyordu. Nitelikli bir beraberlik söz konusu değildi.

Babası uzun aralıklarla Almanya'da bulunuyordu. Sonra Hatice Hanım üniversiteye başladığı yıllarda babası Türkiye'ye kesin dönüş yapmıştı. Babası Türkiye'ye kesin dönüş yaptıktan sonra ne oldu biliyor musunuz? İki ay içerisinde Hatice Hanım'ın saçlarının tamamı beyazlamıştı. Çünkü babasının varlığı ona güven duygusu değil de büyük bir gerilim ve baskı hissettiriyordu.

Daha da beteri babasıyla yaşadığı bu problemden dolayı tüm erkeklere karşı olumsuz bir tepki geliştirmiş ve "erkek üstünlüğünü kabul edemiyorum" diyordu. Ve "hiçbir erkek mutlu olmamalı, mutlu bir erkek gördüğümde çıldırıyorum" şeklinde dönüt alıyordu.

Tahmin edebildiğiniz gibi bir kadının bir erkek figürü ile yaşamış olduğu duygusal bir sorun onun cinselliğini de olağanüstü bir şekilde olumsuz etkiliyordu. Şükür ki güzel bir şey vardı. Sevgili eşi Yusuf Bey, sevgi doluydu ve Hatice Hanım'ın duygusal yaralarına iyi geliyordu. Yani çalışmalarımızda Yusuf Bey'in yardımları büyük avantaj oluşturmuştu.

Aylar içerisinde sevgili Hatice Hanım, babasını da kendisini de affetti. Hayat şimdi ona güzel. Bu iki güzel insana haydi hep birlikte sevgilerimizi gönderelim.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………………

…….

Beyaz Atlı Prensim, Gel Beni Mutlu Et

Mutsuz kişiler, özellikle bir kadın, Kenan İmirzalıoğlu gibi bir erkek ile evlenip onun kendisini mutlu etmesini ister ☺ Kenan İmirzalıoğlu gibi olmasa da Kenan Kalav gibi birisi ile evlenip mutlu olmayı hayal ederken işler sarpa sarar, bırakın mutlu olmayı, hayatı büyük bir drama dönüşür. Çünkü mutsuzluğu tercih etmiş birisinin kiminle evlenirse evlensin mutlu olması mümkün değildir. Çünkü mutsuzluğu tercih etmiş birisi hayatına çektiği kişiden çekecekleri vardır. Zaten de o kişiyi hayatına, çekmek için çekiyor.

Aranızda böyle kişiler varsa onlara bir Ankara türküsü armağan etmenin tam da zamanı.

"Su gelir güldür güldür,
Gel de yar beni güldür.
Bir damlacık kanım akmaz,
Öldürürsen sen öldür."

Mutsuz olan kişi, görünürde mutlu olmak için evlense de olay ne yazık ki hiç de öyle değildir. Elbette şuna inanıyorum, mutsuz kişi Zıtlıklar Yasası gereği, mutsuzluğun dibini yaşadıktan sonra bilinçaltı kodlarını değiştirip, mutlu olmayı seçebilir. Bu konu ileriki sayfalarda izah edilecektir. Burada demek istediğimiz; Zıtlıklar Yasası gündeme gelmeden olan Tercihli Mutsuzluk'tur.

Bu paradigmaya göre insanlar çoğunlukla mutsuz olmak için evlenir ve olur da. Bundan da epey bir edebiyat çıkıyor. Şarkıların, türkülerin hemen hemen tamamı acıdır, hüzündür ve sevgilisinden şikâyet içerir. Bu sarmal devam eder, hem acı çekeriz hem de şarkıları dinleyerek içimizdeki yangınlara körükle gideriz. Bu konu, daha sonra çıkacak diğer bir (aşk) kitabımızda etraflıca ele alınacaktır.

Evlilik Mutluluğu Paylaşmak Olmalıdır

Evlilik niçin yapılır? Mutlu bir birey olursun. Sonra Bilinçaltı Yasası ve Eş Frekans Yasası gereği, hayatına mutlu birini çekersin, iki mutlu kişi evlenmiş olursunuz. İki mutlu kişi evlenince de mutluluğu paylaşmış olursunuz. Evliliğin aslı budur, bu olmalıdır, en sağlıklı evlilik budur.

(Not, mutsuz olunan evliliklerde de bir tür mutluluk vardır, o konu diğer kitaplarımızda izah edilmiştir.)

Bu durumda evlilik mutlu olmak için yapılmaz, mutluluğu paylaşmak için yapılır. Mutluluğu paylaşmak için yapılan bir evliliğe sahip olmak için de öncelikle siz birey olarak mutlu olmalısınız. Çünkü mutlu olmayan, mutlu bir evlilik yapamaz. "Ben eskiden çok mutluydum hocam. Kocam/karım beni mutsuz etti." diye seslerinizi duyar gibiyim. İnanın öyle değil. Bu konu kitapta anlatılamayacak kadar derin bir konudur. Her birinizle TV programlarında, seminer ve konferanslarda görüşmeyi dilerim.

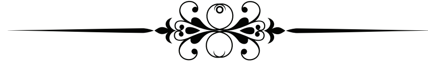
Sevgi Dolu Sevgilim

"Seni seviyorum" demek, "Sen de beni sev" demektir. "Nasılsın?" diye sormak, "Sen de benimle ilgilen" demektir. "Biraz dolaşmak ister misin?" demek, "Çok bunaldım benimle vakit geçirir misin?" demektir.

Her birimiz sevgi dolu bir yaşam isteriz ancak buna sahip olmamız için sevgi dolu bir bilinçaltına sahip olmamız gerekiyor. Sevgi dolu bir yaşam için bilinçaltımızı sevgiyle doldurmamız gerekiyor. İçtenlikle ve doyurucu bir şekilde sevilmek için içtenlikle ve doyurucu bir şekilde sevmemiz gerekiyor.

Bunun için ön şart, önce kendini sevmektir. Sonra mutluluğu tercih etmektir

6. BÖLÜM



ŞÜKRAN YASASI

1. KISIM

Şükran Duygusu

Hayatımızda günlük olarak "şükürler olsun" dediğimiz şeyi Evrensel Sistem algılıyor mu, emin değilim. Ama şundan eminim, içinizde büyük bir coşkuyla şükran duygusu hissediyorsanız, şükürler olsun demeden de sistem sizin duygularınızı çoktan algılamıştır. Çünkü sistem sadece ve sadece sizin hislerinizi algılıyor. Çünkü içeriğinde enerji barındıran hislerimizdir. İçeriğinde his olmayan düşünceler sistem tarafından algılanmadığı için yok hükmündedir.

Bununla birlikte şükür nedir ve şükran duygusu nasıl bir şeydir, size sormak istiyorum. Kültürümüzdeki var olduğu haliyle sahip olduklarımıza şükretmemiz gerektiği vurgulanır. Doğrudur ancak noksandır. Şükran Duygusu öyle basit bir duygu değildir. Yukarıda bahsettiğim tüm her şeyi başarsanız da, kendinizi sevseniz de, mutluluğu tercih etseniz de, Bilinçaltı Yasası'nı uygulasanız da Şükran Duygusu hissetmiyorsanız hiçbir şey başaramazsınız.

Zaten Şükran Duygusu yoksa kendinizi sevemez, mutluluğu tercih edemez, Bilinçaltı Yasası'nı uygulayamazsınız. Şükran Duygusu; varlığa yokluğa, olura olmaza, her şeye ve her halimizden memnun olmak, tatmin olmak ve teşekkür etmektir. Zannedildiği gibi ölüp gidince "kimi memnun ettin" diye sormadan önce "sen memnun muydun?" diye soracaklar.

Şükran Duygusu, tüm her şeyden bağımsız olarak sadece var olduğunuz için şükür hissini tatmaktır.. Şükran Duygusu içinde olmayan kişi asla gerçek zengin değildir. Bilinçaltınızda bolluk bilinci ve

kazancınızda emek olmazsa çuvallar dolusu paranız olsa da kendinizi kıtlık içinde hissedersiniz. Karnınız şişse de doymazsınız.

"Ekmeği paylaşmak ekmekten daha lezzetlidir." (Necip Fazıl)

Şükran Duygusu olan yerde;

Yokluk dahi tokluk hissi verir.

Az dahi çoktur.

Şükran Duygusu olmayan yerde;

Varlık dahi yokluk yaşatır,

Çokluk da olsa kıtlık yaşanır.

Çok dahi azdır.

Doygun olmayan doyamaz.

Tam tatmin halindeyken daha çok kazanırsın. Kazanmasan ne olur ki, zaten tatmin halindesin. Ölçü iç tatmindir. 10 milyar doların olsa ama tatmin olmasan yokluktasın, yoksun.

Bu şükran halinde Evrensel Sistem bu hislerimizi bakın nasıl algılıyor? Maddi ve manevi, somut ve soyut neye Şükran Duygusu hissediyorsanız, o şey artış eğilimi gösteriyor. Allah'ın yarattığı Evrensel Sistem böyle işliyor. Şükran Duygusu varsa hayatınız genişler.

Gerçekten neye şükrediyorsanız o artıyor.

Yukarıda söylediğimiz birinci vazifeniz kendinizi sevmek, ikinci vazifeniz kendinizi mutlu etmek söylemini güncelliyoruz ve diyoruz ki;

- Birinci vazifeniz Şükran Duygusu hissetmek,
- İkinci vazifeniz kendinizi sevmek,
- Üçüncü vazifeniz kendinizi beğenmemek,
- Dördüncü vazifeniz hayattan keyif almak,
- Beşinci vazifeniz kendini iyi hissetmek,
- Altıncı vazifeniz mutluluğu tercih etmek, olsun.

Şunu da söyleyelim ki, Şükran Duygusu hayatı kolaylaştırır ve şükran duygusu en büyük duadır.

Belirsizlik Yasası

Hayatta çoğu şey belirsiz ve kontrolümüz dışındadır. İyi ki de öyledir. Belirsizlik Yasası teslim olmayı gerektirir. Belirsizlik Yasası çok belirgindir ama belli olmuyor. Mükemmeliyetçi ve kontrolcü refleksleriniz varsa Belirsizlik Yasasından yararlanamazsınız ve çok mutsuz olursunuz. Akışına bırak.

Akşına bıraktığın her şey güzel akar, hayat da öyle. Tansiyon hastası ve kan ile ilgili hastalığı olanların iç dünyasında Belirsizlik Yasasından rahatsız olmanın içgüdüsü yatmaktadır.

Kimi kişiler Belirsizlik Yasasından dolayı güç peşinde koşarlar. Güçlü olursam her şeyi kontrol altına alırım zannına kapılırlar. Oysa güç, sevginin yanında güçsüzdür. Sevgi varsa güce gerek yoktur. Sevgi güçten de güçlüdür. Sevgi varsa hayata güven vardır demektir. Hayata güvenen kendisini özgür hisseder. Sevgi dol, özgür ol.

Şikayet Ettikleriniz de Artar

Yukarıda anlattık ya, şükrettiğiniz her şey artış eğilimindedir diye. Ne kadar ilginçtir ki, şükretmediğiniz, memnun olmadığınız ama sürekli şikâyet ettiğiniz şeyler de artış eğilimindedir. Şikâyet ettiğiniz her konu, durum, kişi ve olay da artacaktır.

Örneğin, trafikten sürekli şikâyet ediyorsanız, sık sık trafiğe maruz kalacaksınız. Fakirlikten ya da pahalılıktan şikâyet ediyorsanız bu da artacaktır. Oysa “falanca ürün çok pahalı, satın alamıyorum” dediğinde Evrensel İlahi Sistem bunu “falanca ürünü satın alacak kadar zengin değilim” şeklinde algılıyor. Cevabı ise her gün sana canlı yayında yaşatıyor.

“Falanca ürünü satın alacak kadar zengin değilim” dediğinde, yine Evrensel İlahi Sistem bunu bir talimat olarak algılıyor ve “ayıpsın”, “başım üstüne”, “sözü mü olur” diye sana cevap vererek gereğini yapıyor.

Bazı danışanlarım bana “Hocam, falanca marka çok pahalı” dediklerinde, ben de onlara “Hayır, o pahalı değil, sen fakirsin” diyorum. ☺

Burada bir durum daha var, şikâyet etmediğiniz fakat bir şekilde gündeminizde tuttuğunuz şeyler de artış eğilimindedir. O nedenle;

1. Hayatında neyin artış göstermesini istiyorsan, ondan şikâyet et.
2. Hayatında neyin artış göstermesini istiyorsan, ondan memnun ol.
3. Hayatında iyi ya da kötü neyin artış göstermesini istiyorsan, onu bir şekilde gündeminde tut.
4. Hayatına neyi çekmek istiyorsan onu yargıla, onu eleştir, onu kına.
5. Hayatından neyi uzaklaştırmak istiyorsan onu yargıla, onu eleştir.
6. Hayatında neyin olmasını istiyorsan, sürekli onu konuş.
7. Hayatında neyin olmamasını istiyorsan, yine sürekli onu konuş.
8. Sorun büyükse, biz küçüğüz demektir.

Mutsuzluk İsyandır

Hayattan keyif almazsanız, kilo alırsınız. Yaşam ikramını yemezseniz önünüzden alınır. Yaşamdan keyif almazsanız Evrensel İlahi Sistem sizin canınızı alıyor. Mutsuz kişilerin ölümcül hastalıklara yakalanması ve erken ölmesi de bundandır.

Evet, mutsuzluk isyandır. Mutluluk ise şükrandır. Mutsuz kişi otomatik olarak isyan etmiş oluyor. İsyan, kendine bedduadır. Mutsuz kişi şükredemez. Ağzınızdan çıkan ama gönlünüzden coşmayan şükür sözcükleri geçersizdir. Mutlu kişi ise otomatik olarak şükretmiş oluyor. Mutluluk, kendine duadır.

Mutsuz olan kişi isyandadır. Evrensel İlahi Sistem somurtan ve mutsuz olan kişi ile ilgili memnun olmadığına dair yargıya varıp isyan ettiği için ilgili cezaları vermektedir. Mutsuz olduğunda yaratılışı ve yaratanı beğenmemiş oluyorsun. Mutsuz olduğunda Güneş'ten memnun değilsin. Elmanın rengini beğenmiyorsun.

Karaciğerin fonksiyonunu doğru bulmamış oluyorsun. Mutsuz olduğunda evrensel İlahi Sistem sana ambargo uyguluyor. Nasıl ki dünyanın egemen güçleri hoşlarına gitmeyen durumlarda ülkelere ambargo uyguluyor aynen öyle de mutsuz kişilere kural hatası nedeniyle ambargo uyguluyor ve hayatın daha berbat oluyor. Mutsuz kişi daha da mutsuz olur, isyan derecesi artar. İsyan edeni ne yaparlar? Sürgüne gönderirler, zindana atarlar ya da idam ederler. İşte isyan eden kişi dünyayı sürgün gibi, hayatı zindan gibi ve yaşamı idam gibi algılar.

1980'li ve 90'lı yıllarda önce Bülent Ersoy daha sonra da Müslüm Gürses'in seslendirdiği, sözlerini İlhan Behlül Pektaş'ın yazdığı şu meşhur "İtirazım Var" şarkısındaki duyguya bir bakar mısınız lütfen.

İtirazım var bu zalim kadere
İtirazım var bu sonsuz kedere
Feleğin sillesine,
Hayatın cilvesine,
Dertlerin cümlesine,
İtirazım var.
Yarım kalan sevgiye,
Şu emanet gülmeye,
Yaşamadan ölmeye,
İtirazım var.

Ben hep yenilmeye mahkûm muyum?
Ben hep ezilmeye mecbur muyum?
İtirazım var bu yalan dolana,
Benim şu dertlere ne borcum var ki,
Tuttu yakamı bırakmıyor.
Benim mutlulukla ne zorum var ki,
Bana cehennemi aratmıyor.

İtirazım var değişmez yazıma,

İtirazım var bu dertli şansıma,
Sevginin sahtesine,
Hayatın cilvesine,
Talihin böylesine,
İtirazım var.

Yalan dolu gözlere,
Durulmamış sözlere,
Dost olmayan yüzlere,
İtirazım var.

İnsan nasıl yaşarsa öyle ölüyor. Güzel ölmek için güzel hissetmek ve güzel yaşamak gerekiyor.

Bu şarkının söz yazarı İlhan Behlül Pektaş, 2005 yılında 72 yaşında iken kalp krizi geçirmiş, kaldırıldığı Akdeniz Üniversitesi Hastanesi'nde hayatını kaybetmiş ve cenazesi Antalya'da toprağa verilmişti.

Ölümünün ar*dından eşi Seniha Pektaş, "İlhan Behlül Pektaş'ın çok tanınan Kahır Mektubu adlı şarkının da aralarında bulunduğu 300 parçanın bestesine ve güftesine imza attığını belirterek, cenaze törenine; ne beste verdiği sanatçılar, ne söz yazdığı kişiler, ne de beste yazdığı dönemlerde kendisinden övgüyle bahsedenler katıldı. Maalesef Zeki Müren için yazdığı Kahır Mektubu gerçek oldu demiştir."*

Bu kitabın konseptine göre bırakın isyan etmeyi hayatın dizginlerinin bizim elimizde olduğu öğretisine inanmaktayız.

Yine Bülent Ersoy'un seslendirdiği *"Yaranamadım"* şarkısı da tam konumuza uygun.

Zeki insanlar somurtmazlar. Gülümsemek zekâ belirtisidir, bunu da belirtmek istedim. Akıllı olmak gerekir, isyanda bir yararımız olmadığı gibi zarar ise kesindir.

Bazen öylesine tahammül edemediğiniz şeylerle karşılaşırsınız. Aslında tahammül edemediğiniz şeyler tercüme edemediğiniz şeylerdir. Sorunlarınızı dert etmeyin, tercüme edin.

Ayrıca derdi dert edersen onu önemsemiş olursun ve o sende yuva yapar. Çadır açar. Bayrak diker. Derdi dert etmezsen, dert dertlenir gider. Bir sorun, sizin enerjiniz mutsuzluk enerjisi düzeyindeyken gelir. Siz mutsuzluk enerjisinden çıktığınızda yaşadığınız sorun da sizin hayatınızdan çıkacaktır. Siz sorunun enerjisinin boyutunda kalmadığınızda sorun da; "Buraların tadı kaçtı. Artık buralarda durulmaz. Haydi eyvallah." deyip sizi terk etmek zorunda kalacaktır.

Tıpkı Nasrettin Hoca'nın komşusuna olan borcunu çok dert ettiğinden yatamayıp, daha sonra komşusunu çağırıp "Borcumu ödemeyeceğim, artık sen dert et" demesi gibidir. ☺

Mutluluk Bir Şeye Bağlı Değildir

Bir makama atanmak ya da mal mülk sahibi olmakla tatmin olacağını sanmak, zihinsel level vaktinin geçiyor olduğunun işaretidir.

Bir şarkıda der ki: "Söylemiştim sevgilim parayla saadet olmaz."

Tolstoy'un "Mutluluk yaşadığın hayat tarzında değil, hayata bakış tarzındadır." sözünü de hatırlatmak isterim.

Mutluluk ne var ile ne yok ile ilgilidir. Mutlu olmanın varlık ile ya da yokluk ile ilgisi yoktur. Anadolu insanındaki yoklukta bir tokluk hissi nasıl oluyor? Dedelerimizi ve ninelerimizi bir düşünün lütfen. Yoklukta yaşıyorlardı ama mutsuz değillerdi. Hiçbir şeyleri yoktu ama karınları toktu. Hiçbir şeyleri yoktu ama gönülleri toktu. Meşakkatleri çoktu şükürleri daha da çoktu.

"Ne varlığa sevinirem, ne yokluğa yerinirem,

Aşkın ile avunuram, bana seni gerek seni." diyen Yunus, iç doygunluğu çok net ifade ediyordu.

Bizim çocukluk yıllarımızda Mükerrem Kemertaş'tan dinlemeye alışık olduğumuz bir Erzurum türküsünde;

"Dün gece yâr hanesinde,
Yastığım bir taş idi,
Altım çamur üstüm yağmur,
Gine gönlüm hoş idi" demektedir.

Yoklukta bir tokluk hissi yaşamaya başlayınca ne oluyor, biliyor musunuz?

Madde seni takip etmeye başlıyor. Peşinden koşarken eline geçiremediğin mal, mülk, para, pul, makam vb. bu duyguya ulaştığında seni takip etmeye başlıyor.

Bilinçaltı Yasası gereği; yokluk hissi kıtlığı çeker. Tokluk hissi de tokluğu çeker. Darlık hissi varsa varlık olmaz, varlık hissi varsa darlık olmaz.

Bağımlı olduğunuz her şey elinizden çıkacaktır. Özne ya da nesne fark etmez. Ama neye bağımlı olduğunu, bağımlılık geliştiren kişi ne yazık ki farkında olmuyor. Bağımlılık geliştirdiğimiz kimi özneler, sözgelimi; karınız, kocanız, sevgiliniz, anne, baba, evlat, patron vb. Kimi nesneler sözgelimi; gayrimenkul (mal, mülk, tapu) meslek, makam, araba, bardak, çanta, bisiklet vb.

Her şeye gerektiği kadar anlam yükleyin. Gereğinden fazla anlam yüklediğiniz her şey (özne ya da nesne) bir gün gelip sizden uzaklaşma eğilimindedir. Ve sizden uzaklaşan hiç bir şeyin peşinde koşmayın. Çünkü başka kapılar açılacaktır, onları kapatmayın.

Kuru bir zenginlik istemeyin. Anlamsız bir zenginlik mutsuz eder. Bu nedenle zenginlik değil de yaşam zenginliği isteyin. Çünkü yaşam zenginliği, içerisinde bolluk ve bereketi de barındırır.

Bir danışanım bir hatırasını anlatmıştı. Kırmızı ışıkta beklerken küçük bir kız çocuğu arabaya yaklaşır ve hiç sormadan arabanın camlarını silmeye başlar. Kız o kadar tatlı ve mutludur ki, danışanım beyefendi bu şirin kıza hiç sesini çıkarmaz ve kız camları silmeye devam eder. Bu arada aralarında bir sohbet başlar. Adam, "Sen ne kadar mutlusun böyle, işler iyi demek ki, günde yüz cam silsen köşe olursun vallahi" diyerek latife eder. Tatlı kız da şöyle cevap verir: "Yok abi ne alakası var. Ben zaten mutluyum. Her gün lüks arabaların camını siliyorum, bak şu lüks arabanın içindeki adam benim kadar mutlu değil."

Buna ne söylenebilir ki…

Mutsuzluk Ödüllendiriliyor

Kişi neden mutsuz olur? Bir nedeni de mutsuzluğun sonundaki ödüldür. Kişi eğer bir kazanım olmasa mutsuz olmayacaktır. Çoğu mutsuzluğun altında gizli sosyolojik ve psikolojik bir kazanım vardır. Yukarıda da izah ettiğimiz gibi bir entegrasyon da elbette ödüldür. Bu entegrasyonun sonucunda elde edilen güven duygusu da ödüldür. Haliyle bilinçaltı, bir kilo altını bir gram bakıra satışa geliyor. Çünkü bilinçaltı aptaldır, onun işi verilen emirleri yerine getirmektir. Verilen emir nedir? Hayatta kalmak, kendini korumak, güven duygusu ihtiyacını karşılamak.

Madem mutsuzluk sonucunda ödül var, elbette ki ödül davranışı tekrar ettirir ve kişi farkında olmadan mutsuz olmaya devam eder.

Mutsuz olduğunda seni kimse yargılamıyor, kınamıyor, sorgulamıyor. Mutsuz olduğunda kimse seni tehdit ya da rakip olarak görmüyor. Böylece sen kendini uyumlu ve güvende hissediyorsun. Mutsuz olmak için bu ödüller oldukça yeterli değil midir?

Allah sevdiği kuluna dert verirmiş, şeklinde de bir inancın varsa, oh, artık tescilli ve onaylı bir mutsuzsun demektir. Mutsuz olmayı arzu ederken, mutsuzluğuna kılıf ararken, böyle bir gerekçe vicdanen rahat bir mutsuzluğu yaşatıyor. Üstelik böyle bir inançla mutsuz olurken sevap kazandığını bile düşünenler var.

2016 yılında danışmanlık ve terapi programı uyguladığımız Ayla ve Cem çiftinden bahsetmek istiyorum kısaca. Çok başarılı geçen programdan sonra yaklaşık on ay boyunca Ayla Hanım bana her ay teşekkür iletisi gönderiyordu. Sonra birden ileti kesildi. Ayla Hanım 2017 yılının sonralarına doğru beni aradı ve telefonda ağlıyordu. "Hocam, başımıza şöyle şöyle bir şey geldi…" Ben de ofise gelip bir değerlendirme yapmamız gerektiğini söylemiştim.

Birkaç gün sonra ofise geldi ve bakın nasıl dramatik bir şey ortaya çıktı. 2016 yılındaki program başarılı olmuş ve gitmişlerdi. Yaklaşık bir yıl inanılmaz mutlu olmuşlar ve Ayla Hanım bu mutluluktan

mutsuz olmaya başlamıştı. Bilinçaltının diplerinde kodlanmış olarak varlığını minik de olsa sürdüren eskilerden kalma "Allah sevdiği kuluna dert verir" totemine yenik düşmüş ve ağzından şu cümleler dökülmeye başlamıştı. "Allah'ım çok mutluyuz, affet bizi. ☺ "

Bunun üzerine aylar sonra Ayla Hanım'ın davet ettiği bir bela onları bulmuştu. Çünkü hatırlayın, "kendini suçlu hisseden hayatına cezayı çeker." Çok şükür ki Ayla Hanım akıllı bir kadındı. O totemi de bilinçaltından temizleyerek problemi tamamen çözmüştük. Onlar erdi muradına biz çıkalım kerevetine.

Mutsuzluk ile elde ettiğin bu basit ödüle aldanma. Kendisi mutsuz olan kişinin hiç kimseye hayrı olmaz. Hiçbir mutsuz dünyayı değiştiremez. Hiçbir mutsuz kendisini de değiştiremez. Mutlu kişi yaşamın ardında iz bırakır, mutsuz kişi ise hayatının arkasında is bırakır.

Tefekkürden Teşekküre

Bu arada şunu da hatırlatmak isterim ki, "tefekkür edemeyen teşekkür edemez, teşekkür edemeyen tevekkül edemez" Tefekkür teşekkürü doğurur. Teşekkür edemeyen şükran duygusunu tadamaz. Şükran Duygusu için herhangi bir şeye sahip olmaya gerek yok, bunu yukarıda açıkladık.

Bizim toplumumuzda tefekkür deyince bir çiçeğe böceğe bakmak ve kudreti düşünmek algılanıyor. Evet, çiçeğe böceğe bakacaksın, daha da önemlisi kendine bakacaksın, kendini tanıyacaksın, iç yolculuk yapacaksın. Çiçeğe böceğe her kişi bakar, iç yolculuğu er kişi yapar.

Tevekkül etmek inanılmaz bir duygudur. Rahat ve huzurun en tepesidir diyebiliriz. Tevekkül etmeden de teşekkür edemezsin zaten. Tevekkülün tersi, kaygıdır. Hangisi tatlı, tabi ki tevekkül.

Tevekkül duygusunu hissettiğinizde Evrensel İlahi Sistem bu duyguyu; "Bize güveniyor" şeklinde algılıyor. Daha ne olsun, hayırlı olsun, işini olmuş bil. Padişaha güvenmesen ne olurdu? Kellen

giderdi belki, en iyi ihtimalle Fizan'a sürgüne, olmadı zindana atılırdın. Şu koca evreni tefekkür et, tevekkül et, teşekkür et, rahatına bak. Unutma, güvenmezsen huzurdan kovulursun.

Gündeminizde neyi ya da kimi iyi ağırlarsanız o sizde yuva yapar. Zenginlik, fakirlik / mutluluk, mutsuzluk / varlık, yokluk / güzel bakış, kötü bakış vb.

Özet:

Tefekkür ➔ tevekkül ➔ tezekkür ➔ teşekkür = huzur ve mutluluk.

Serbest bırak,
Akışına bırak,
Gelişine vur. ☺

Araziye tohumu ek ardından havalandır, güneşlendir ve sulamayı yap sonra serbest bırak. Her gün sabah tohum çimlenmiş mi diye bakma. Akışına bırakınca akıyor zaten.

Coşku Dolu Yaşam Formülü

Büyük şeyler istemiyorsanız Allah'ı küçük görüyorsunuz demektir.

Coşku dolu yaşam formülünü veriyorum. Hiç endişe etmeyin, sayısız defa denenmiş ve çok yüksek düzeyde verim alınmıştır.

Coşku Dolu Yaşam Formülü: 2N + 4K

2N

Niyet
Nazar

4T

Tefekkür
Tezekkür
Tevekkül
Teşekkür

Mağdura Yatmak

Biliyoruz ve bilirsiniz ki, bizim kültürümüzde "Mağdura Yatmak" çok avantajlıdır. Mağdur olduğunuzda otomatik olarak kendinizi güvende hissedersiniz. Çünkü bilirsiniz ki, bu ülkede çok çalışırsanız göze batarsınız, başarılı olursanız dikkat çekersiniz, kazanırsanız kuyunuzu kazarlar. Eğer miskin miskin yatarsanız olsa olsa sizi kınarlar ama mağdur olursanız artık güvendesiniz demektir. Bakın bakın, bilinçaltı nasıl da 100 kilogram altını 19 gram bakıra satıyor.

Büyük bir başarı elde ettiğinizde, pahalı bir araba ya da ev aldığınızda, çocuğunuz yüksek puanla bir okul kazandığında ve benzeri durumlarda çoğunlukla sizi kimse arayıp kutlamaz. Arasalar da yürekten gelmeyen bir sesle bir ritüeli yerine getirmiş olurlar.

Ne zaman ki, bir kaza yapsanız, hapislere düşseniz, evinize haciz gelse, ciddi bir hastalığa yakalandığınızda neredeyse aramayan kalmaz, sizin üzüntünüzü paylaşmış olurlar. Kimileri de içten içe kıs kıs gülerler.

Tüm bunların farkında olan bilinçaltı çoğu zaman mağdur olmayı gerçekten ister, kimi zaman da mağdur olmaz ama Mağdura Yatar.

Burada hemen şunu belirtelim ki, mağdur olmak başkadır, Mağdura Yatmak başkadır. Elbetteki mağdur olmanın arka planında da kaynaklık oluşturan bilinçaltımız vardır fakat biz burada işin bu yönüyle felsefesinde değiliz. Burada değinmek istediğimiz gerçekten Mağdura Yatmaktır.

Mağdur olmanın sosyal yararlarının farkında olan bilinçaltı, her ne kadar bireysel zararlarını görecek olsa da, miskinlik, tembellik ve kolaycı bir yaklaşımla Mağdura Yatmayı tercih eder. Neden? Çünkü Mağdura Yattığında artık onu kimse kıskanmayacağından kendisini güvende hisseder. Mağdur olduğumuzda kimse bizi rakip görmeyecek, acıma hissi ile ya görmezden gelecekler ya da yardımcı dahi olacaklar. Ayrıca bizim toplumumuz mağdura acıdığından kendini acındırıp ajitasyon yapacak ve kolayca ilgi görecek, çalışıp çabalamadan bir şekilde yaşayıp gidecek.

48 yaşındaki bir danışanım sayın Nurdane Hanım'ın tüm benliğinden ajitasyon akıyordu. Mağdura yatmaya bayılıyordu. Bir gün çalışma sırasında bir şey fark ettim. Ne dedi, biliyor musunuz? "Hocam, yapıyorum yapıyorum, Allah yardım etmiyor." demişti. Ona göre kişi sadece sabretmeliydi, biz hiçbir şey yapamayız, sorunlarımızı ancak Allah çözebilirdi.

Nurdane Hanım hem kendisinden hem de sorumluluktan nasıl da kaçıyordu değil mi? Bu öyle bir kaçıştı ki hem de inanç kılıfını üstüne örterek kaçıyordu.

Bizim Nurdane Hanım ile olan seans çalışmalarımız bize kalsın. Nurdane Hanım'a iyilik ve güzellikler diliyoruz.

Kendine acıma, sorumluluktan kaçmak için ne güzel bir yoldur değil mi? Hem kendini acındırıyorsun, hem bedava ilgi görüyorsun, hem kendini bedava güvende hissediyorsun hem de tüm bunların hepsi legal. Kimse seni yargılamaz, kimse sana kızmaz, gül gibi geçinirsiniz. Ama kocaman bir hayatı kaybedersin.

Mağdura yatmak ve ajitasyon günü kurtarır ama ömrü bitirir.

Bir danışanım bir keresinde şöyle demişti: "Küçükken hep hasta olmak isterdim. Çünkü annem sadece böyle durumlarda benimle ilgileniyor ve seviyordu."

Mutsuzluk ve Mağdura Yatmak Bir İhtiyaç mıdır?

Mutsuz olarak toplumsal bir entegrasyon hissederiz. Herkes gibi biz de mutsuz olup, topluma uyum sağlamış oluruz. Bu ise bize, ironik bir güven hissi yaşatır. Herkesten farklı olup, mutlu olup dikkat çekeceğimize, mutsuz olup entegrasyonla görünmez olup kendimizi güvende hissederiz.

Sakın ha bu oyuna gelmeyin. Çünkü henüz mutluluğu yakalayamamış birisi, aç iken lokanta açmayı planlamayı düşünen biri gibi düşünür. Hele bir mutluluğu tadın, bir farazi güvenlik duygusuna feda edilemeyeceğini anlarsınız. Ayrıca mutlu olan kişi daha güvendedir ancak mutsuz kişi henüz bunun farkında değildir.

Dikkat ederseniz aşk şarkıları da bir nevi Mağdura Yatmaktır. Mağdura Yatmayı öyle seviyoruz ki, içten içe mağdurluğumuzdan memnun olup zevk alıyoruz. Orhan Gencebay'ın "Batsın Bu Dünya" şarkısını sevmelerimiz hep bu yüzdendir.

Bir Malatya türküsünde dermansız dertlerini dile getirip, kendi kendine mağduriyetini ifade ediyor.

"Mevla'm birçok dert vermiş,

Beraber derman vermiş,

Şu tükenmez derdime,

Neden ilaç vermemiş"

Âşık Mahsuni'nin

"Sermayem derdimdir, servetim ahım" türküsüne bakar mısınız?

Türkü güzel ama derdi sermaye, serveti de ah olarak gören bir kültür var iken biz mutsuz olmayalım da kimler mutsuz olsun?

Sivas Şarkışla türküsünde de, dünyaya seslenerek ve kendi mağduriyetini şikâyet ediyor.

"Yürü yalan dünya senden usandım

Goncaydım dalında har ettin beni

Onulmaz derdime dermandır sandım

Gadir bilmeyene yar ettin beni"

Selami Şahin'e ait olan ve çok sevdiğim bir Emel Sayın şarkısında, sevdiğinden ayrılmanın verdiği acıyı dile getirerek mağdurluğunu izhar etmeye çalışıyor.

"Sen gidince ruhumu bir alev sardı

Ağlayan gözlerimde hatıran kaldı

Bir zamanlar seninle mesut yaşardık

Şimdi o mutlu günler mazide kaldı

Yalancı dünya gibi yalancısın sevgilim

Sen mevsimler gibisin değişirsin sevgilim

Uzanan ellerimi bomboş bıraktın

Gözlerimde yaş olup sel gibi aktın
Son ümidim sendin sana inandım
Ummadığım bir anda beni bıraktın
Yalancı dünya gibi yalancısın sevgilim
Sen mevsimler gibisin değişirsin sevgilim"

Yine bir Emel Sayın şarkısında, özleyerek mağdura yatan bir âşığın feryadını dinleyelim:

"Şarkılara sordum söylemediler
Anılara yalvardım bilemediler
Ufukları aradım görünmediler
İzlerini nerede bulurum senin"

Hep başkalarını suçlayacak, suçlu hep başkası olacak böylece bizim beyefendi / hanımefendi güya paşa paşa yaşayacak. Bunun hiç de böyle olmadığını bilinçaltınıza birilerinin söylemesi gerekiyor. Yoksa bildiklerini doğru zannedecek.

Edebiyat, Müzik, Sinema ve Sanat

Görülüyor ki, aslında edebiyat, müzik ve sanat çoğunlukla ve yoğunlukla bir nevi acılarımızı haykırmak, dertlerimizi dile getirmek, kendi kendimize bir nevi psikoterapi yapmak ve rahatlatmaktır. Romanlar öyle, kitaplar öyle, şarkılar öyle, türküler öyle, tiyatro öyle, sinema öyle…

Bu açıklamaya neden gerek duydum derseniz, sanki elinizde tuttuğunuz bu kitap, edebiyat, müzik ve sanatla çelişiyor gibi algılayabilirsiniz. Hayır efendim, hiç de öyle değil. Çünkü ben de edebiyatı çok severim, hatta edebiyatımızın derinliğine hayranım. Aynı zamanda ciddi bir müzik dinleyicisiyim. Kasetlerden, bilgisayarlardan, radyodan dinlemek beni kesmiyor ve o konser senin bu konser benim İstanbul'da birçok salonda canlı müzik dinlemeye fırsat buldukça gidiyorum. Tiyatronun delisiyim, sinemanın hastasıyım. Yani oldukça rafine ve nitelikli keyiflerim vardır.

Diyeceksiniz ki, edebiyat, müzik ve sanatta bu kitabın öğretileriyle çelişen çok şey var. Yahu size bu dünyanın "gurbet" olduğunu söyleyen olmadı mı? Gurbet acısını neyle teskin edecektik? Yani her konuyu ve her şeyi birbirinden ayrı tutmak gerekiyor. Bununla birlikte, kendinizi nitelikli sanatla besleyiniz.

Sadece şunu hatırınızda tutunuz; edebiyatın da, müziğin de, sinemanın da, diğer sanatların da kaynağı, bireysel ve toplumsal bilinçaltımızdır.

Söz ve müziği Hasan Hüseyin Demirel'e ait olan, Edip Akbayram'dan "Seni Seven Öldü Zalım, Haberin var mı?" şarkısını da armağan ederek bu konuyu bitirelim. ☺

Arabesk Şarkılar (Ajitasyon Edebiyatı)

Türkiye'de arabesk bir zamanlar çok tutmuştu ve çok dinlenirdi. Günümüzde de hâlen geçerliliğini devam ettirmekle birlikte arabesk şekil değiştirdi. Orhan Gencebaylı, Ferdi Tayfurlu, Ümit Besenli ve Müslüm Gürsesli yılları yaşamış birisiyim. Aman Allah'ım! Ne yıllardı o yıllar. İlginçtir ki, Türkiye'nin ekonomisi de, siyaseti de o yıllarda arabeskti.

Bir insan ne kadar çok düz mantık ise o kadar arabeske sarar. Hep başkalarını suçlama eğilimi vardır. Hatta bir düşünün, arabesk bir şarkı dinlerken eğer haz alıyorsanız o aldığınız haz acının hazzıdır. Orhan Gencebay'ın "Vazgeç Gönlüm Bu Aşktan" şarkısı tam da bu konuyu izah etmektedir.

"Vazgeç gönlüm sen bu aşktan,
Sana kıymet veren mi var?
Unut dertten zevk almayı,
Seni ancak seven anlar.

Kapat çile kapısını girmesin o vefasızlar
Dünya denen şu hanede elbet seni biri anlar

Sen attın bu kör düğümü,
Çare sende bende değil.
Kör olsun şu aşkın gözü,
Hata bende sende değil"

Sayın Orhan Gencebay'a sevgi ve selamlarımı iletir, ben de derim ki;

"Ben attım bu kör düğümü
Çare bende sende değil."

Ferdi Tayfur, "Yaktı Beni" isimli şarkıda da bakın ne diyor;

"N'oldu Allah'ım n'oldu,
Arayıp beni buldu.
O da senin kulundu,
Yaktı beni"

İbrahim Tatlıses'in seslendirdiği şarkıya kulak verecek olursak;

"Elim kolum bağlanmış,
Çaresizim Allah'ım
Bu canımı sen verdin
Benden almak istiyor"

Yeri gelmişken İbrahim Sadri'den de bir şiir dinleyelim;

"Canım aldın, can evimden vurdun ya sen de,
Küstüm sana, faydası yok, geri dönsen de,
Sende vefasız çıktın, sende hayırsız çıktın,
Sen de vicdansız çıktın, adın batsın.

Zaman ola devran döne, sen de çekesin,
Yitiresin umudunu, heder olasın,
Aşka düşe kahrolasın, candan bıkasın,

Ömrün boyu bir kez olsun gülmeyesin.
Sen ki beni rezil ettin yedi cihanda,
Yalan oldum, talan oldum senin sayende,
Sen de vefasız çıktın, sen de hayırsız çıktın,
Sen de vicdansız çıktın, adın batsın."

Yine bunlar da Mağdura Yatan bilinçaltımızın sesini dillendiriyordu. Edebiyatı seviniz ama mağdur edebiyatından uzak durunuz.

Deneyim 21 (Hobisi ajitasyon olan adamın öyküsü)

İstanbul'dan terapi ve danışmanlık için gelen Şeyma Hanım ve Harun Bey'in öyküsüne kulak verelim. Harun Bey'in en temel sorunu "Mağdura Yatmak"tı. Sürekli kandırılıyor, aldatılıyor ve hakkını yiyorlardı. Bu durumları sürekli şikâyet ediyor. Şikâyet ederken de gizli gizli zevk alıyordu.

Harun Bey'le çalışırken, terapi seanslarının henüz başındaydık. Sanıyorum üçüncü seanstaydı, Mağdura Yatma refleksi olduğunu tespit etmemizle yeni bir mağduriyetin yaşandığı olay aynı zamana denk gelmişti. Harun Bey ikinci el bir araba almayı düşünüyordu ve bunu yakın çevresine de duyurmuştu. Bir gün yakın çevresinden birisi kendi mesleği olmadığı halde arada bir araba alıp satıyordu. Bir gün Harun Bey'i aramış ve elinde çok güzel bir araba olduğunu söylemişti.

Harun Bey arabanın nasıl olduğunu sormuş, satıcı kişi de allayıp pullayıp, yağlayıp yıkayıp Harun Beyi ikna etmişti. Bu arada ilginçtir ki, bunların hepsi telefonla konuşulmuş, arabayı ne satıcı ne de Harun Bey görmemişti. Harun Bey satıcıya, arabanın nerede olduğunu sormuş, satıcı da, Elazığ'da'da bir akrabasında olduğunu söylemişti.

Hemen o akşam Harun Bey, arabanın ücretini henüz daha arabayı hiç görmeden satıcı kişiye havale etmişti. Ertesi gün arabayı teslim almak için Elazığ'a giden Harun Beyi bir sürpriz bekliyordu. Arabayı teslim alacağı kişi ile Elazığ'da bir noterde buluşan Harun Bey noterde arabanın hukuki devrini aldıktan sonra ilk şokunu yaşayacaktı. Harun Bey imzayı attıktan sonra "Arabayı göremiyorum, nerede?" diye sormuş. "Evde garajda yatıyor" cevabını almıştı.

Dolmuşa atlayıp birlikte eve giderler ve işte büyük şok geliyor.

Araba toz duman içindedir. Lastikleri patlak, camları kırıktır. İkinci Dünya Savaşı'ndan kalmış hissi veren araba, hâlbuki yeni modellerden birisiydi. Arabanın koltuğuna oturan Harun Bey kontağı çevirdiğinde araba çalışmaz. Çünkü arabanın aküsü de bitmiştir. Arabayı çekici ile tamirciye götüren Harun Bey bir hafta içerisinde arabayı tamir ettirip, araba için verdiği paranın bir o kadarını da tamirine harcamıştır.

Şimdi olayın analizine geçelim:

Harun Bey'e sordum, "Arabayı görmeden nasıl ikna oldun?"

Cevap: "Yani hocam, bir insan neden yalan söylesin ki, diye düşündüm."

Harun Bey'e tekrar sordum: "Haydi inandın, arabayı görmeden parayı neden havale ettin?"

Cevap: "Yani hocam, bilemiyorum hep böyleyim."

Sıkı durun, Harun Bey öyle eğitimsiz falan birisi de değildi. Yurtdışı deneyimi olan, İngilizce bilen, İstanbul'da iyi bir şirkette mühendisti.

Şimdi gelelim Harun Bey'in bilinçaltındaki Mağdura Yatma kodunun kaynağına. Çocukluğu Bilecik'in güzel bir köyünde geçmiş. Köy güzelmiş ama yaşama güzel bakamayan bir anne babanın evladıymış. Harun Bey çocukluğuna dair anılarını paylaşırken istisnasız olarak gözleri yaşarıyor, iç çekiyordu. Harun Bey anne ve babasından hiç ilgi ve sevgi görmeyen, kaybolsa aranmayan, hasta olsa sorulmayan, sınıfta kalsa bilinmeyen bir çocukluk yaşamış. Bu yıllarda

bir şey keşfetmiş. Eğer mağdura yatarsa, eğer ajitasyon yaparsa sadece o zamanlar ilgi görürmüş. Bir gün ağaçtan bilerek düşmüş ve kolunu kırmış. Can havliyle avazı çıktığı kadar ağlarken anne babası başucuna dikilmiş. İşte o günden sonra Harun artık, sürekli sorun çıkaran, sürekli başına işler gelen bir çocuk olmuş. Çünkü ilgi görmek için bunları yapmak zorundaydı.

Bilinçaltı bu inancı iyice yerleştirmiş ve benimsemişti. Artık farkında olmadan sürekli sorun üretiyor, başına işler geliyor ve her defasında da; Sorun = İlgi, Mağdura Yatma = İlgi formülüne dönüşmüştü.

Harun Beyle birlikte bu bilinçaltı kodunu tespit ettiğimizde kendi iç dünyasında kısa sürede uzun bir yolculuk yapmış olacak ki, gözlerindeki derin ve anlamlı bakışı görecektiniz. Harun Bey, bir illüzyon olan Mağdura Yatma'nın tüm benliğini sardığını fark etmişti. En son araba faciası dâhil olmak üzere tüm hatalarının bilinçaltı kodunu bulmuştu.

Arabayı teslim almaya gittiğinde arabanın o halini görüp ilk ne hissettiğini sorduğumda, kesinlikle tahmin ettiğim bir cevap verdi: Aynı anda hem büyük bir üzüntü hissettiğini, yine aynı anda yine kandırılmış olmanın, mağdur olmanın hazzını yaşadığını, yine çevresine anlatacak mağdur hikâyesi topladığı için mutluluk hissi duyduğunu söylemişti.

Bilinçaltı Yasası'na göre Mağdura Yatma hissi kendini deneyimlemek zorundadır. Harun Bey'in hayatında da bu deneyim yer yer tekrar ediyordu.

Bu tür olaylarda diğer kişilerin hiç mi suçu yok diye sorabilirsiniz. Elbette ki olayın meydana gelişi sadece Harun Bey'in enerjisiyle meydana gelmiyor. Diğer kişilerle ilgili boyutları elbette var. Biz onlarla ilgilenmiyoruz, gerekirse ilgilenmek gerekir. Bizim burada asıl vurgulamak istediğimiz, Harun Bey'in bilinçaltı enerjisi ve bizim bu deneyimden alacağımız derslerdir.

"Harun Bey'in eşi Şeyma Hanım ne oldu, hiç bahsetmediniz" diye sorabilirsiniz.

Hemen söylüyorum, Harun Bey aslında ilk geldiklerinde eşi Şeyma Hanım'ı getirdiğini söylemiş, kendisinde bir sorun olmadığını belirtmişti. ☺

Oysa biz Şeyma hanımla hiç çalışmadık, çünkü Şeyma Hanım'ın hiç sorunu yoktu. ☺

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

……………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………….

2. KISIM

Kendini Affetmek

İçinizde muharebe varken, dışınızda muhabere edemezsiniz.
Haydi, şimdi muhasebe zamanı.

Kendine kızmak, Evrensel İlahi Sistemi yargılamaktır. Bilirsiniz, kadere itiraz eden başını örse vurup parçalamış olur. Kendini koşulsuz olarak kabul ettiğinde, kendini affetmiş olursun. Suçluluk duygusu seni sarmışsa bilinçaltını kanser sarmış demektir. Çünkü suçluluk duygusuyla amacın kendini kurtarmaktır. Ama bu hiç de böyle olmuyor. Kendini suçlamaya devam ettiğinde "Battı balık yan gider" psikolojisine girersin, eyvah eyvah!..

Toplumun kimi kesiminde, "nimetlerin şükrünü yeterince yapamıyorum" diye bir yanlış bakış açısı var.   Nimetlerin şükrünü yeterince yapamıyorum diyerek aslında bilinçaltı kendine kızarak kaytarmaya çalışıyor. Buradan dahi bir mutsuzluk sebebi devşiriyor. Oysa en büyük şükür mutlu olmaktır. Ve hatalarınla yüzleşebilme cesaretindir.

Kendini hataların ile kabul etmezsen öğrenmeyi engellersin. Çünkü insan hata ile öğrenir. İlginçtir, insan Cennet'teki yasak

meyveyi yiyerek yani hata yaparak dünyaya geldi. Dünyada hata ile öğrenmeyen sadece peygamberlerdir. Öğrenmeyi engellersen kendini bloke edersin ve yaşamdan diskalifiye olursun. "Yerçekimi niye var?" diye sorulmaz. "Su neden ıslaktır" diye saçmalanmaz. Aklını başına topla, sonra yaşamdan yaşama hopla. ☺

Birisini affetmek kendini affetmektir. Çünkü onu affettiğinde rahatlayan sensin, huzur bulan sensin, özgürleşen sensin. Bir kişiyi ya da durumu sevgi ile affet. Tekrar ediyorum, sevgi ile. Sevgi ile affet, bir daha bu kişi ya da durumdan zarar görmeyeceksin.

Hep kendini suçlamak sürekli içine doğru hapşırmak gibidir. Affet kendini.

Yıldırım Gürses'in şarkısına kulak verelim.
"Som altından taç olsan / Aşkıma muhtaç olsan
Derdime ilaç olsan / Affetmem asla seni
Şarkı olsan dillerde / Gonca olsan güllerde
Leyla olsan çöllerde / Affetmem asla seni"
Şarkıları dinle ama dediğini yapma. ☺

Bazen de,
"Erik Dalı Gevrektir",
"Manda Yuva Yapmış Söğüt Dalına, Tribine Yandım",
*"Yumurtanın Sarısı"*nı dinleyin. ☺

Bir Affetme Hikâyesi

Bir lise öğretmeni bir gün derste öğrencilerine bir teklife bulunur: "Bir hayat deneyimine katılmak ister misiniz?'

Öğrenciler çok sevdikleri hocalarının bu teklifini tereddütsüz kabul ederler.

"O zaman" der öğretmen, "Bundan sonra ne dersem yapacağınıza da söz verin"

Öğrenciler bunu da yaparlar.

"Şimdi yarınki ödevlerinize hazır olun. Yarın hepiniz birer plastik torba ve beşer kilo patates getireceksiniz!"

Öğrenciler, bu işten pek bir şey anlamamışlardır. Ama ertesi sabah hepsinin sıralarının üzerinde patatesler ve torbalar hazırdı.

Kendisine meraklı gözlerle bakan öğrencilerine şöyle der öğretmen:

"Şimdi, bugüne dek affetmeyi reddettiğiniz her kişi için bir patates alın, o kişinin adını patatesin üzerine yazıp torbaya koyun."

Bazı öğrenciler üçer-beşer tane patates koyarken, bazılarının torbası neredeyse ağzına kadar dolmuştur. Öğretmen, kendisine "Peki şimdi ne olacak?" der gibi bakan öğrencilerine ikinci açıklamasını yapar:

"Bir hafta boyunca nereye giderseniz gidin, bu torbaları yanınızda taşıyacaksınız. Yattığınız yatakta, bindiğiniz otobüste, okuldayken sıranızın üstünde hep yanınızda olacaktır.'

Aradan bir hafta geçmiştir. Hocaları sınıfa girer girmez, denileni yapmış olan öğrenciler şikâyete başlarlar:

"Hocam, bu kadar ağır torbayı her yere taşımak çok zor."

"Hocam, patatesler kokmaya başladı. Vallahi, insanlar tuhaf bakıyorlar bana artık. Hem sıkıldık, hem yorulduk."

Öğretmen gülümseyerek öğrencilerine şu dersi verir:

"Görüyorsunuz ki, affetmeyerek asıl kendimizi cezalandırıyoruz. Kendimizi ruhumuzda ağır yükler taşımaya mahkûm ediyoruz. Affetmeyi karşımızdaki kişiye bir iyilik olarak düşünüyoruz. Hâlbuki affetmek en başta kendimize yaptığımız bir iyiliktir.'

Bırakın "affetmem asla seni" demeyi "kesinlikle seni affediyorum hem de sevgiyle" demek gerekir. Zira affetmediğiniz bir kişi ile aranızda ciddi bir bağ var demektir. Bu bağ ise sizi sürekli rahatsız eder. Affetmediğiniz kişi sizde ruhsal ağırlık yapar. Ruhsal ağırlık ise uçmayı engellemek gibi yaşam kalitenizi engeller. "O kişi asla affedilmez, affetmeyi hak etmiyor" şeklinde diyebilirsiniz ama affederken asıl amacınız o kişi değil ki, amaç kendinizi özgürleştirmek, kendinize iyilik etmektir. Affedin hem de sevgi ile.

Sevgi ile affetmediğinde o kişi ya da durum bir gün tekrar dönüp hayatına dönecektir. "Allah'ından bulsun" diyerek af olmaz. "Allah'ından bulsun" derken içerisinde sevgi yok. Safi sevgi ile herkesin yararını dilemektir. Cidden, ben böyle yapıyorum.

Marie Rose'un Dramatik Hayatı

Belki bazılarınızın okuduğu bu dramı burada paylaşmak tam da yeridir:

Marie, 1930 yılında alkolik bir annenin evlilik dışı çocuğu olarak dünyaya gelir. Annesi ona bakamayınca 5 yaşında olan Marie'yi yurda verir. Ardından bir çift onu evlatlık edinir. Marie'nin kaderi ne yazık ki yine yüzüne gülmez, çünkü onu evlatlık edinen çift sadist çıkar. Bu İtalyan asıllı çift küçük kızı evin mahzenine kapayıp sistematik biçimde işkence eder. Dışardan bakıldığında normal ve çok saygın göründükleri için, bunu yıllarca rahatlıkla gizleyebilirler ve Marie adeta cehennemden geçer.

Marie Rose 17 yaşında depresyondan felç geçirir. Halüsinasyonlar da gördüğü için doktorlar ona şizofren teşhisi koyar ve onu akıl hastanesine yerleştirirler. Marie hayatının 17 yılını orada geçirir ve çok zor yıllar yaşar. Umutsuzluk ve çaresizlik içinde kıvranır durur. Yemek yemez, yerinden kımıldamaz ve sıkça intihar etmeyi düşünür.

Otuz dört yaşına geldiğinde doktorlar Marie'nin durumunu yeniden değerlendirir. Onun şizofren olmadığına, ağır depresyon geçirdiğine ve panik atak yaşadığına karar verirler. Arkadaşlarının ve kendisini seven bir kaç sağlık görevlisinin yardımıyla Marie hastaneden çıkar.

O artık hür ve yaşamını nasıl sürdüreceğine dair kendisi karar verme aşamasındadır. Terk edilmiş, işkence ve tacize uğramış, otuz dört yılı ziyan olmuş bir kişi olarak hiçte kolay olmayacaktı, ama o yılmadı ve kızgın, öfkeli, umutsuz olmak yerine sıfırdan başlamayı tercih etti.

Yetkililer "Akli dengesi yerinde değil, okuması imkânsız" dedikleri halde Marie, Salem State Üniversitesi Psikiyatri Bölümü'ne girer ve mezun olur. Bu ara kanser hastalığına yakalanır ve mücadelesini kazanır. Kendisi gibi akıl hastanesinden çıkmış ve iyileşmiş

Joe ile evlenir. Kocası maalesef altı sene sonra ölür ve Marie kendini işine verir. Uzun yıllar doktor olarak çalıştıktan sonra Harvard Üniversitesi'nde mastır yapar. Psikiyatrik hastalarla çalışır, konferanslar verir. Biyografisi yazılır ve hayatı film olur (Nobody's Child). Birçok ödüle layık görülür.

Elli sekiz yaşındayken, 'vay be' dedirtecek bir şey yapar: On yedi yılını geçirdiği Masachusetts Danver Devlet Hastanesine yönetici olarak atanır. Verdiği bir basın toplantısında şunları söyler: "Eğer affetmeyi öğrenmeseydim, bir damla bile gelişemezdim. Yaşamım ziyan edilmiş bir yaşam olurdu. Ve bugün bu hastaneye yönetici olarak dönemezdim."

Marie Rose Balter'in yeni görevini haber yapan bir ajans, onun zafer açıklamasını da şöyle yapar: "En uzun yolculuk, beynimizden yüreğimize yaptığımız yolculuk. Affetmek bu yolculuğun en kestirme yolu. Affetmeyi gerektiren her yara, içinde önemli bir dersi barındırır. Dersi görebilmek için yarayı **yeniden deşerek yüzleşmek zorunda kalsak bile**..."

Marie bu hayatta hiçbir şeyin imkânsız olmadığını gösteren en güzel örneklerden birisidir.



Resim 10: Maria Rose

Şimdi bunu sık sık okuyunuz:

Geçmişte yaşadığım olumsuz
anılarımdan dolayı kendimi affediyorum ve
kendimi sevmeye niyet ediyorum.
Bu anıların tecrübe olduğunu
kabul ediyorum ve daha doğru
yaşamak için beni aydınlattığının farkındayım.
Bu nedenle geleceğimi güzelleştirdiği için
geçmişimden ilham alıyorum.

Öfkenin Arkasında Korku Vardır

Birisine öfkelendiğinizde, kızdığınızda biliniz ki kendinize kızıp kendinize öfkeleniyorsunuz. Kendinize bağırıp çağırıyorsunuz. Kendinize olan kızgınlık ve öfkenizi en yakın, en zayıf partnerden çıkartırsınız: Karınız kocanız, oğlunuz kızınız, anneniz babanız, halanız dayınız, patronunuz iş arkadaşınız vs.

Öfke ve kızgınlık enerjisinden sıyrılmanın yolu yine her şeyde olduğu gibi, her şeye yarayan bir şeyle oluyor: SEVGİ.

Öfke ve kızgınlığın bir başka alt nedeni ise kişi, durum ve olayların kontrolünüzden çıktığı endişesindendir. Hayatta zaten kontrol diye bir şey yoktur. Hiçbir kimseyi, hiçbir şeyi ve hiçbir durumu kontrol edemezsiniz. Buna gerek de yok. Akışa bırak, tevekkül et, anı yaşa, gelişine vur. ☺

Bana kalırsa en mükemmel şey, mükemmeliyetçi olmamaktır. Ne kadar mükemmel değil mi? ☺

Öfke kontrolünden bahsetmek öfkenin varlığını kabul etmektir. En iyisi mi öfke hiç olmasın, kontrole de gerek kalmasın. Sevgi dolsun, öfke yok olsun. Sevgi gelsin, öfke gitsin.

Sevgi yoksa korku vardır, korku varsa sevgi yoktur. Sevgi dolsun, korku yok olsun.

Tekrar Eden Sorunlar

Çoğu kişi yaşamında Tekrar Eden Sorunlar yaşarlar. Sorunun ana kaynağı bilinçaltı olduğunu öğrendiğinize göre (artık bunu öğrendiniz), Tekrar Eden Sorunlar bilinçaltınızda el sürülmemiş, orijinal kodlarınızın olduğunun ispatıdır.

Bu durumda deneyimler yaşayan çoğu kişi bize ulaşıyor. Görüyoruz ki, evet aynen öyle, Tekrar Eden Sorunların altında ciddi bir bilinçaltı koduyla karşılaşmaktayız. Ne yazık ki, insan içinde bulunduğu bir sorunun farkında olamıyor.

Bir gün minik bir balık denizde yüzüyormuş. Birisi bu minik balığa bir gün bir şey söylemiş. Demiş ki, "Balık kardeş, oh ne güzel, mis gibi suda yüzüp, gezip duruyorsun." Minik balık birden durmuş ve cevap vermiş: "Pardon, ne suyu, su nerede?"

İşte insan da içinde bulunduğu bir duyguyu yaşarken, bir hatayı yaparken, bir durum içindeyken farkına varamıyor.

Thomas Fuller'in "suyun değeri kuyu kuruyunca anlaşılır" sözü de konumuzun izahı bakımından önemlidir.

İstanbul'dan danışmanlık ve terapi için gelen 45 yaşındaki bir hanımefendi danışanım, her şeyin en olumsuz tarafına bakan birisiydi. Henüz seans başında bakın: "Hocam, ben dünyadaki en akıllı üç beş kişiden birisi olduğuma inanıyorum. İnanamayacaksınız ama bu kesindir." ☺ demişti. Ben de O'na "gurur duydum" demiştim. ☺

İnsan bakışına bakamıyor. Bakışının nasıl bir bakış olduğunu göremiyor" demek istesem de dememiştim.

İki hafta s0nra şunları söylemişti: "Hocam o sözlerim için özür dilerim. Meğer ben narsistmişim. Zaten de kendimi en akıllı zannettiğim için o nedenle yeni şeyler öğrenemiyormuşum" demişti. Ve şunları eklemişti: "Şimdiki inancım ise tam tersi, dünyadaki en akılsız üç-beş kişidenn birisi olduğuma inanıyorum." ☺

Bu Hanımefendi danışanım, 45 yaşına kadar çok derin acılar yaşamıştı ve hepsini de yanlış analiz etmişti, farkındasızlığının kurbanı

olmuştu. Çünkü Farkında olmayan farkında olmadığının da farkında olamıyor. ☺ Farkında olmadığının farkında olmayan, farkında olmadığının farkında olmadığının da farkında değil. ☺

Farkında olabilmek için düşünmek gerekir. Düşünmek için de bilmek gerekir. Bilmek için de bilmediğini bilmek gerekir. Ne yazık ki milyonlarca kişi bu farkındalığa ulaşamıyor. Düşünmeye alışık değilseniz üzlmeye alışırsınız.

Aydınlanmak, farkındalıkla olur. Farkında olmayan aydınlanmamış ve farkında değil demektir. Üniversite okumanın, okullar okumanın aydınlanma anlamına gelmesini çok isterdim. Birçok sorun yaşamış, Kimya bölümü mezunu 42 yaşındaki bir Hanımefendi danışanım, sonradan yüksek lisans ve doktora yapmış olarak bana gelmişti ve ilk gün şunları söylemişti: Çantasını ve içindeki kitapları göstererk; "Hocam, çok okul okudum ama artık okumaya karar verdim" demişti. ☺

Çünkü artık biliyoruz ki, okullar bilge yapmıyor. Okullar bizi Bilgili yaptı ama Bilge yapamadı. Bilgili kişi düşünce düşünür. Bilge ise düşmez.

(Hem diğer kitaplarımda hem bu kitabımda en çok vurguladığım iki kavram hep öne çıkmaktadır. Bilim ve Sevgi. Yukarıda ironik olarak paylaştığım deneyimler, Bilim karşıtlığı olarak değerlendirilirse çok büyük bir haksızlık olarak kabul ederim. Tüm hücrelerim Bilim diye diye haykırırken böyle bir şeyi elbette kabul edemem. Sadece burada, okullar okumanın bilime tam olarak eriştiğimiz anlamına gelmediğini yaşı 30'u 40'ı geçmiş hemen herkes farketmektedir, onu dillendirmek istedim. Bilim, asla okullar ile sınırlı değildir.)

(Bir şey daha diyeyim ki, çocuklarıma ve yakın çevreme hatta danışanlarıma artık mutlaka ingilizce bilmek gerektiğini ve mümkünse Master ve Doktora yapılmasını şiddetle tavsiye etmekteyim)

Bilgililer düşünce düşünür, Bilgeler düşmeden düşünür. Bilgili kişi düşünce düşünür, Bilge ise, düşmez. Bilge, Farkındalığı gelişmiş kişidir. Salt bilgi yüktür, Bilgelik ise Büyüklüktür. Günümüzde Farkında değil ama çok bilgili milyonlarca insan yaşamaktadır. Bunun adı, Farkındasızlık Hastalığı. Meşhur, kalpleri mühürlenenler bunlar olmalı.

Ve Bilimden korkanların hayatı, film gibidir. Bilime kendinizi ısıtınız. Zihinsel ince işçiliğin tadına varırsanız diğer çok şeyin tadsız ve gereksiz ağırlıklar olduğunu farkedeceksiniz demektir. Bilimi idrak etmek özgürlşmeyi de beraberinde getirir. Gerçek Bilimsel düşünme zeminine ulaşamamış herkes bir şekilde tutsaktır.

Yaşadığın bir olaydan sonra o olayın dersinden geçemezsen acısı da geçmez. Ders almak da farkındalıkla mümkündür. İnsan zihni her yaşadığı deneyimle bir level atlayarak gelişir. Farkındalık olmadan da zihin level atlayamaz. Zihin level atlayamazsa da sistem sorunları sana tekrar tekrar yaşatır. Henüz dersini almadan kurtulduğunuz bir olay tekrar edecektir. Ders almadığında, anlayamadığında sen ders alıncaya kadar değişik versiyonlarda aynı hissi ve deneyimi defalarca yaşatır. Ders aldığın anda, bu tür sorun artık hayatında tekrar etmeyecektir. Sistemin bir tek amacı vardır, zihinsel level atlatarak bizi geliştirmek. Diğer bir ifade ile adam etmek. Adam olmamakla ısrar edenlere sistem yeni sürprizler hazırlıyor ve yaşam deneyimlerinin dozunu arttırıyor. Daha da olmazsa öyle bir sille gelir ki, deneyimlemenizi tavsiye etmem. Aklınızı başınıza çabuk devşirin. Benden söylemesi.

Ders Kelimesinin Anlamı

"Eğitim kafayı geliştirmektir, hafızayı doldurmak değil."
Mark Twain

Ders kelimesi aslen Arapça'dır. Türk Dil Kurumu yayınlarında ve birçok kaynakta ulaşamadığımız ders kelimesinin pek de farkında olmadığımız müthiş bir anlamı olduğunu biliyor muydunuz? Ders kelimesinin meşhur anlamlarını zaten biliyorsunuz. Ders kelimesi ayrıca "ezmek" ve "çiğnemek" anlamına da geliyor. Nasıl ki yiyecekleri ağzımızda ezeriz, çiğneriz taa ki yutabilelim, taa ki midemizde öğütülebilsin, taa ki enzimlenip kana karışsın. Ezerek ve çiğneyerek yediğimiz yiyeceklerin vitamin ve proteinleri kana karışacak ve bize hayat verecektir. Çiğnenmeden yutulan besinler, biliyorsunuz bütün

halinde tekrar posa olarak çıkmaktadır. Örneğin, zeytin çekirdeği. ☺

Aynen öyle de öğrenilen bilgi de zihinsel bakımdan çiğnenmeli ki içselleştirilebilsin. Çiğnenmeyen bilgi inanın sadece yük ve posadır.

Nasıl ki yiyeceği bütün olarak yutmak, yemek ve beslenmek anlamına gelmiyor. Aynen öyle de öğrenmek de bilmek anlamına gelmiyor hatta bilmek bile idrak anlamına gelmiyor, anlamlandırmış olduğun anlamına gelmiyor.

Bilgiyi çiğnemek, bilgiden keyif almakla olur. Bilgiden keyif alamayan aslında idrak edemez. Aslında bilgi, bilim keyiflidir. Fakat yüzleşmek ve farkındalık ağır geldiği için ne yazık ki insan bilmediğini dahi bilmemek ister. Kendisine hiç acımadan diplomalı cahil olmayı bile göze alabilir. Soru çözerek büyümüş ama sorun çözmekten kaçınan bu kitlelere Ahmet Kaya "entel maganda" demiştir. İşimize gelmeyeni içimize almayız. Oysa bilgi şifadır, farkındalık şifadır, yüzleşmek şifadır, ne yazık ki farkında değiliz.

Kuşkusuz bilginin inanç boyutuna erişmesi gerekiyor. Bunun izahını da Osho'nun muhteşem bakış açısıyla taçlandıralım: "Yalnızca kör insanlar ışığa inanırlar. Gözleri gören insanlar ışığa inanmazlar, onlar bilirler. Bir şeyi bildiğin an inanç ihtiyacı kaybolur."

Çünkü milyonlarca bilgin olsa dahi bu bir inançla zihinsel örüntüye dönüşür. Zihinsel örüntü zihinsel yapılandırmanın sonucudur. Bir başka deyişle bir milyon metre ipliğin olsa eğer bundan bir örgü çıkarmazsanız ayaklarınıza dolaşır. İplikten örgü yapmak için de inanç gerekir. İnanmayan öremez, hakikati göremez.

Bilgi nesneldir, farkındalık bilgiyi öznel hale getirir. Bilgi zeytin çekirdeği gibidir, enzimlenmezse kana karışmaz. Bilim ve din ile ilgili yaklaşım şeklimizi belirleyen de budur. Bilgiyi içselleştirmemiş kişi bilim ve dine sahip çıkabilir ama sahip olamaz. Bilgi nesnel kalırsa; din töre gibi, töre din gibi yaşanır.

Bir Anadolu deyişinde "boş başak dik durur" der. Bilgili ve farkındalıklı kişi dik durur ama diklenmez. Bilim insanı kibirli olamaz.

Kibirli insan da aydınlatamaz. Hatta bir kişinin gerçekten hoca olup olmadığını; aydınlatırken kendisi de aydınlanıyorsa, oradan anlarsınız. Gerçek hocanın amacı aslında kendisini aydınlatmaktır. Kendisini aydınlatırken de başkaları da bundan nasibini alır. Kendisi aydınlanmamış kişi bir başkasını aydınlatamaz.

İstanbul'dan seanslarımıza katılan sevgili Esra Hanım, yüzleşme ve farkındalık konusunda çok başarılıydı ve bakın bir gün ne demişti: "Hocam, farkındalık acısı en tatlı acıymış, bunu şimdi anlıyorum."

Yine Terapi ve Danışmanlık için ofisimize gelen Sevgili Candan Hanım da şunu söylemişti: "Kendini acındırmak öyle lezzetli bir zehirdir ki hocam."

Daha ne desinler? Her ikisi de derslerini iyi almışlardı. ☺

Yüzme bilmeyenler suyu görünce "ay boğuluyorum" derler. Bilimden korkmak da böyle bir şey. Farkındalıktan kaçmak da böyledir. "Kitap okumaya vaktim yok, ben anlamam öyle şeylerden, o bize göre değil, bunlar hep para tuzağı, herkes bir şey tutturmuş gidiyor" gibi mazeretlere sığınırlar. Çok üzgünüm ama bu tür kişiler hakikatin dahi yanlış çıkmasını isterler. Vallahi çok acı.

Farkında olduklarımız, farkında olduklarımızdır. Farkında olmadıklarımız da farkında olmadıklarımızdır. Bir şeyin farkında olmasaydık, farkında olmayacaktık. Farkında olmadığımızı fark etmek için, farkında olmamız gerekiyor. Madem farkında olmadığımızda, farkında olmadığımızın farkında olmuyoruz, o halde farkındalık için alıcılarımızın sürekli açık tutulması gerekiyor.

Bilgiyi çiğnemek, bilgiden keyif almakla olur dedik. Bilgiden keyif alamayan aslında idrak edemez. Sevmediğin yemek mide bulandırır. Sevmediğin bilgi de kafanı karıştırır. *"İstenmeden yenen aş, ya karın ağrıtır ya da baş"* atasözü de bunu açıklar. Bilginin farkındalığa dönüşmesi için o bilgiden keyif alman gerekiyor. Tat almadığın yiyeceği çiğnemeden yutarsın, bu da posa olarak geri çıkar. Keyif almadığın bilgi de aynen böyledir. Zihinsel çiğneme gerçekleşmezse, içselleşmez ve farkındalık meydana gelemez.

Tıpkı Sertap Erener'in şarkısında olduğu gibi:

"Artık tat alamıyorum,
Çiğnemeden yutuyorum.
Of, of, of."

Söylemiştik, tat almazsan çiğnemeden yutarsın. Yani demek istiyoruz ki, hayatında bilim yoksa film vardır, iyi seyirler. ☺

Bilgiyi de çiğnemek, bilmek, idrak etmek ve anlamlandırmak gerekiyor. Herkes öğreniyor ama kim biliyor? Herkes biliyor lakin kim idrak ediyor? Öğrenilen bilgi, ancak idrak edilerek ve anlamlandırarak ders alınır. Bilgiden nihai hedef ders almaktır. Ders almak için bilgi zihinsel bakımdan çiğnenmeli ve bilinçaltımızda farkındalık oluşmalı ve level atlayarak zihinsel şamandıradan ses gelmeli. Jeton düşmeli. Çünkü sıkışmış jeton uykuları kaçırır. ☺

Bilgi, bilge etmeli. Bilge etmeyen bilgi malumattır. Malumat ise malamat eder. Şimdi de Türkiye'de olan şey tam da budur. Türkiye'de yaklaşık 200 adet üniversite var. Ayrıca internet vb. derken inanılmaz enformasyon akışı var. Nicelik yerinde, nitelik nerede? Bilgi sahibi olmak artık çok kolay. Bu bilgileri işlemek ise artık çok güç. İşlenmeyen bilgi, sahibini ukala yaptı. Çünkü *"Boş başak dik durur."* Bu nedenle de, dik duramayan ama diklenen bir güruh türedi. Mektubu güzel yazamayan zarfını süsler.

Zihninizdeki soru işaretleri ders almadan cevap bulamaz. Jeton, ders almadan düşmez. Dersler birikirse jetonlar da birikir. Birikmiş jetonlar patolojik sorunlar doğurur. Ders almadan zihinsel şamandıra atmaz. Sistem, dersini almadan ezber edenlere, dersini aldırana kadar sana etmediğini bırakmaz, dert verir derman arayasın diye, taa ki bu dert sana ders aldırsın, haberin olsun. Ders almadığın dertler birikir. Sonra dersin ki *"benim dert çekecek dermanım kalmadı"*. Allah korusun kanser olursun.

Bir danışanım farkındalık konusunda zorlanıyordu. Ve konuları anlamakta zorlandığı için pek jeton düşmüyordu. Sonra bir sabah

bana Whatsapp'tan şunları yazmıştı: "Hocam, bu gece hiç uyuyamadım. Çünkü bir çuval jetonun hepsi bu gece düştü." ☺

Burada "Yozgat Sürmelisi"ni armağan etme vakti gelmiştir.

"Dersini almış da ediyor ezber,
Sürmeli gözlerin sürmeyi neyler.
Bu dert beni iflah etmez del'eyler,
Benim dert çekecek dermanım mı var?" ☺

Evrensel Sistemin Torpili

Hayrı da şerri de Allah yaratır. Hayır, hayırdır. İyidir, güzeldir. Şer bildiğimiz şeylerin içerisine de en az bir tane hayırlı bir şey koymadan yaratmıyor. Evrensel İlahi Sistem, içerisine en az bir tane hayırlı bir güzellik koymadan şer yaratmıyor. Ne kadar anlamlı değil mi?

Bu konuda Yunus Emre "Derdim bana derman imiş" diyerek, Evrensel İlahi Sistemin bize yaşattıklarının içerisindeki olumsuz deneyimlerin dahi güzelliklerini dile getirmiştir. Derdimizin içindeki derman bir madendir, madeni bulmak ise marifet ister. Marifet sahibi ol, madenle dol.

Bir başarısızlık yaşadığında şunu bil ki, eğer akıllı olursan bu başarısızlıktan çok başarı çıkar. Çünkü hayatınıza bir baktığınızda aslında başarısızlık, başarıdan çok daha fazla şeyler öğretir. Edison ampulü bulmak için 999 defa deneme yapmış ancak bulamamıştı. Karısı ona "Bir başarısız deneme daha yapacak mısın?" diye sordu. Edison da "Hayır, ben başarısız değilim, sadece 999 defa ampulün nasıl bulunamayacağını buldum." ☺ der.

Tüm bunlara bakarsak aslında yaşadığımız her sorun büyük bir fırsattır. Yaşadığımız her dezavantaj, avantaja evrilme potansiyeline sahiptir. Hatta "Kriz" kelimesinin de Çince'de "fırsat" anlamına geldiğini de söylemek istiyorum.

Eşik Farkındalığı

İnsan, normal bir durumda çoğu şeyi bir eşikle anlar. İnsanlar herhangi bir kırılmaya gerek kalmadan kendini geliştirip de kendini tanısın, hayatı öğrensin demek isterdim ama bunun çoğunlukla böyle olmadığını görüyoruz. İlla acı ile fark ediyoruz, acı ile farkındalık kazanıyoruz. Bilmek başka, farkındalık başkadır. Her bildiğiniz bilgi ne yazık ki farkındalık kazandırmıyor. Ne kadar çok bilirsen o kadar farkındalıklı olmuyor. Farkındalık için bilmekten başka ilmek de gerekiyor. Bilmek, zihinsel ilmekten geçerek farkındalık olur. Bunun için basiret lazım, feraset lazım, irfan lazım ve hikmet lazım. Bunlar olmadığında da hayat bize tüm bu açıkları kapatacak büyük deneyimler yaşatıyor.

Bunu bir de şöyle açıklayalım:

Bir düşünün otuz kırk sene çalışıp 10 milyon dolar kazanmışsınız, sonra bir bakıyorsunuz ki kazandığınız bu milyon dolarlar hiçbir yerde geçmiyor, geçersiz. Aman Allah'ım benim bu paralarım neden geçersiz, neden işe yaramıyor, diye düşünürken bir de fark ediyorsunuz ki paraların tamamı sahteymiş.

Ne yazık ki milyonlarca kişinin hayatı tam da böyle büyük bir hayal kırıklığı, hüsran ve dram. Sanıyorum ki çok az kişi farkındalık kazanıyor, parasının sahte olduğunu anlayabiliyor, yaşamın neden anlamsız olduğunu fark ediyor. Ve bu farkındalıkla ancak anlamlı bir yaşama başlayabiliyor. Fakat milyonlarca kişi ne yazık ki henüz farkında olmayarak yaşamı devam etmese de hayatını devam ettiriyor. Ajitasyona sarıyor, arabesk ile ninni dinliyor, isyanları oynuyor; mutsuz, sevgisiz, anlamsız ve bedbaht bir şekilde büyük bir yanılgıyla yaşamın coşkusunu kaçırıyor ve anlamındaki lezzeti tadamıyor.

Necip Fazıl, kendi farkındasızlığını uzun yıllar sonra fark ettiğinde şöyle söylüyor:

"Tam otuz yıl saatim islemiş ben durmuşum; Gökyüzünden habersiz, uçurtma uçurmuşum..."

Biz buna; “Eşik Farkındalığı” diyoruz. Acı bir kayıp, üzücü bir sıkıntı, ciddi bir hastalık, yıkıntı, batış vb. durumlar insan için zulüm değil uyarandır. Bir çeşit “Erken Uyarı Sistemi”dir. Korkutmak değil, kotarmaktır. Örneğin; çocuğunuz hasta olduğunda bu hastalığın aslında biyolojik olarak bağışıklık sistemini bilseydiniz hastalıktan şikâyet etmeyi bırakınız teşekkür dahi edebilirdiniz. İnsanın yaşadığı tüm sıkıntı, sorun, dert vb. şey psikolojik ve biyolojik bakımdan güçlendirir.

Şuan elinizde tuttuğunuz bu kitap sorun yaşamadan önce bir farkındalıkla size ulaşmışsa sizi şiddetle kutluyorum. Henüz Eşik Farkındalığı’na gerek kalmadan adeta koruyucu hekimlik yapıyorsunuz, kendinizi ve yaşamı tanıma yolundasınız demektir. Bu yolda ya hiç kaza yapmayacak ya da daha az kaza yapacaksınız.

Ama sanıyorum ki çoğunluğunuz bu kitabın algı alanınıza girmesi için birçok Eşik Farkındalığı yaşamış da gelmiş olmanız lazım. Yani birçok sıkıntı, sorun dert ve problem yaşadınız ve ondan sonra bu kitap sizin dikkatinizi çekti. Yani sizde Eşik Farkındalığı’ndan sonra kendinizi ve yaşamı tanıma yoluna girmişsiniz. Yoksa inanın farkında olmayacaktınız.

Kendinizi ne kadar çok geliştirdiyseniz o kadar daha az yıpratıcı deneyim yaşarsınız. Eğer henüz ham iseniz, pişmemişseniz, olmamışsanız, Evrensel İlahi Sistem sizi interaktif olarak 7/24 takip ettiğinden eksiklerinizi sizden iyi biliyor. Ve bununla ilgili de gereğini yapıyor. Evrensel İlahi Sistem’in bir tek amacı var; o da, sizi adam etmektir. Ya adam olursunuz ya da ben yapmasını bilirim diyor.

Acıya ihtiyacınız olmasa o size gelmeyecekti. Acı bir deneyime ihtiyacınız olmasaydı gelmeyecekti. Soft power deneyimlerle farkındalık kazanmadığınızdan sistem hard power seçeneğinden size yaklaşım sergiliyor.

Hayatımız farkındalığımızın karşılığıdır. Ne kadar farkındalık o kadar bir hayat. Farkındalığımız kadar farkındalıklı bir hayatın farkında oluruz. Farkında olmayınca mağdura yatar, arabeske sarar ve çilekeş oluruz.

Eğer ki bir anne baba çocuğunu hep kucağında taşısaydı, gereksiz şefkat gösterip çocuğunu hiç yürütmeseydi, çocuk yürümeyi hiç öğrenemezdi. Buradaki gösterilen şefkat değil belki zulümdür. Evrensel İlahi Sistem de bize yürümeyi gerçekten öğretmek istiyor. Çünkü bilinçaltımızda bu yazılımların hepsi mevcuttur.

Farkındalık Sinyalleri

Bilgisayarınızın ekranında hoşunuza gitmeyen bir görüntü çıksa, bilgisayarınızın ekranını kırmazsınız. Ekrana **dan dan** diye ateş etmezsiniz. O görüntü harddiskte nerede kayıtlı ise onu bulursunuz ve gereğini yaparsınız. İster sil, ister kaldır. Aynen öyle de yaşamınızda deneyimlediğiniz kötü bir olay ya da durumdan sonra hayata bağırıp çağırmak, kızmak ve isyan etmek ne kadar anlamsız değil mi? Bilgisayarın ekranına ateş etmek ile hayata karşı isyan, aynı şeydir. Hayata isyan etmek yerine o deneyimlediğin durumun kaynağına yani bilinçaltına bakman gerekiyor. Bakıp da gereğini yapman gerekiyor.

Midenizde bir ağrı hissettiğinizde midenize yumruk vurmazsınız, bu bir sinyaldir ve doktora gidersiniz. Çocuğunuz okulda bir uyum sorunu ya da bir psikolojik sorun yaşadığında onu dövmezsiniz, bu bir sinyaldir ve pedagoga gidersiniz. Arabada bir arıza olduğunda benzin döküp yakmazsınız. Servise gidersiniz. Ruhsal ve duygusal acılar da bir sinyaldir, terapiye gitmeniz gerekebilir.

Araba ile seyahat ederken benzin göstergesi yanıp söndüğünde arabayı sağa çekip park edip konsolu çıkarıp da benzin göstergesini söküp tamir etmeye kalkışmazsınız. Gidip benzin alırsınız. Hepsi bu...

Bilinçaltı, olumsuz duyguları kabul etmiyor. İnsan yaratılış itibarıyla mutluluğa uyumlu yaratılmıştır. Mutsuzluğa uyumlu bir düzeneğimiz yok. Mutsuzluklar, vücutta ağrı olarak kendisini gösteriyor. Vücudunuzdaki biyolojik ve fiziksel olmayan çoğu ağrılar inanın illizyondur, sanaldır. Özellikle migren ve baş ağrıları gibi. Omuz,

sırt, boyun, ayak vb. ağrılar gibi. Milyonlarca kişi hastaneleri ve doktorları boş yere meşgul ediyorlar. Duygu durumu düzelmeden ağrılar geçmez, iyileşmez. Arka plandaki his onarılmadan hastalık iyileşmez. Çare, mutluluğu öğrenmekte.

Tüm bunlarla beraber lütfen su, topuklarınıza çıkmadan gelin. Ne yazık ki çoğu kişi boğulurken geliyor. Oysa su topuklarınızı aşıp dizinize gelirken nice sinyaller veriyor ama ciddiye almıyorsunuz. Ne zaman ki su boyunuzu aşıyor ve yüzme de bilmediğinizden çırpınarak kurtulmaya çalışıyorsunuz o zaman derman aramaya başlıyorsunuz.

Demek istiyorum ki, yılanın başını henüz küçükken eziniz. Demek istiyorum ki, sorunlarınız henüz büyümeden geliniz. İlla "Eşik Farkındalığı"na gerek kalmasın.

Rahatlayan Bilinçaltının Yan Ürünleri

Yaşadığımız tüm sağlık sorunlarının bilinçaltında mutlak bir kaynağı mevcuttur. Mide ağrısı, mide hazım organı olduğu için psikolojik bakımdan hazmedemediğin bir durumu (örneğin, "bunu bana nasıl yaparlar?") gösterir. El ağrısı, el, iş yapma organı olduğu için işini sevmediğini gösterir. Migren gibi baş ağrısı, baş, düşünme organı olduğu için düşünerek çözemiyorum durumunu gösterir. Ve bu örnekleri çoğaltmak mümkündür.

Bilinçaltında psikolojik hazım sorununu çözmeden mide sorununa çözüm bulunamaz. Zaten psikolojik hazım sorunun olmasaydı mide ağrısı yaşamayacaktın. Sevdiğin işi yapmadan ya da yaptığın işi sevmeden el ağrısı iyileşemez.

Deneyim 22 (Hale Hanım'ın 20 yıldır uzamayan tırnakları)

Bir takım psikolojik ve bireysel sorunları için çalıştığımız 45 yaşındaki Hale Hanım birkaç ay sonra "Hocam, 20 yıldır uzamayan tırnaklarım artık uzamaya başladı." diye bir bilgi paylaşmıştı. Ben

Hale Hanım'ın tırnaklarının uzamadığını bilmiyordum. Biz Hale Hanım'ın asıl sorunlarını çözerken yan ürün olarak diğer önemli bir sorun da kendiliğinden çözülmüştü. Çünkü bilinçaltı rahatlamıştı.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………….

Deneyim 23 (Eda Hanım'ın iyileşen bağırsakları)

Aile ve ilişki sorunları için çalıştığımız 38 yaşındaki Eda Hanım 15 yıldan fazla süredir yaşadığı bir bağırsak sorununun kendiliğinden iyileştiğini bildirmişti. Çünkü bilinçaltı rahatlamıştı. Yine çalışma sırasında biz bağırsak sorununa hiç değinmedik. Tıpkı bataklık kuruduğunda sivrisineklerin kendiliğinden ölmesi gibi bir durum gerçekleşmişti.

Eda Hanım uzun yıllardır tuvalete rahat çıkamıyor, tutuyordu. Bağırsak boşaltım organıdır. Eda Hanım hazmedemediği olayları, mutsuzluk kodlarını ve can sıkıntılarını bırakamıyor, tutuyordu. Bilinçaltı rahatlayınca daha doğrusu ana kumanda masası rahat çalışınca bağlı tüm aygıtlar da verimli çalışmaya başlamıştı. ☺

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………….

Bu arada bir başka danışanım sevgili Tülin Hanım, "Sizin ofisten çıkarken yüksek tansiyonumu arabada ölçüyorum, iki derece düştüğünü tespit ediyorum her zaman." demişti. Çünkü ofisimizde gül konuşup, gül düşünüp, gül oluruz. Gül de her zaman ferahlık ve sağlık demektir.

Acılardan Zevk Alınır mı Hocam?

Ne diyorsunuz siz?

Neler duyuyorum arkadaşlar?

Farkında değil misiniz hâlâ?

E, hep böyle ya!

İnsan hep kendisine acı verir, zarar verir ya. İnsanın kendisine ettiğini kimse edemez ya, bilmiyor muydunuz?

Şanlıurfa Büyükşehir Belediyesi'nin bölgede yetişen isot biberi ile ilgili farkındalık kazandırmak amacıyla düzenlediği festivalin adını duyduğunuzda bu ironiyi daha da iyi anlayacaksınız;

"Acımız büyük ama keyfimiz yerinde." ☺

Danışanlarımdan sevgili Zeynep de; bir gün bu konuyu çalışırken bakın ne demişti: "Hocam yaa, Sezen Aksu dinleyip de şöyle tatlı tatlı üzülmek hoş değil mi ama?" ☺

Develerin çölde yetişen ve çok sevdiği bir diken vardır. Deve bu dikeni yedikçe ağzı kanar. Tuzlu kanın tadı dikenin tadıyla karışınca bu, devenin daha çok hoşuna gider. Yedikçe yer, yedikçe yer. Al sana acıdan zevk almak.

Acı zevk için tercih edilir. Acı biberi sevmemiz, turşu yiyip zevkle yanmamız, acılı Adana'dan heyecan duymamız hep bundandır. Arabeske sarmamız, gözyaşıyla rahatlamamız hep bundandır.

Bu arada zevk ile keyif başkadır. Karıştırmayalım. İstanbul Boğazına nazır bir yerde çay içmek keyif verir. Aynı sahilde lavaş içerisine Arnavut biber turşusu koyup üzerine de acı isot biberi ekerek yemek de zevk verir.

Sıla da meşhur şarkısında der ki:

"Vur kadehi ustam bu gece de sarhoşuz,
Kalan sağlar bizimdir, acıdan mayhoşuz.
İki satırlık adamları musallat ettik ömrümüze
Bundandır böyle dibe vuruşumuz."

Vallahi yorum size ait.

Aslında yukarıda birçok konu başlığı altında anlattığımız hususları anladığınızı düşünüyorum.

Küçük bir örnek daha verebilirim:

Bir başka nedenle bana gelen Ece Hanım, daha önce başka bir yerde uyguladığı zayıflama programında başına gelen bir deneyimi anlatmıştı. Zayıflama programı alıp eve dönen Ece Hanım iki gün sonra ayağını kırmıştı. Bilin bakalım neden?

Ece Hanım, ayağını kırmakla ne elde etmişti?

Zayıflama programı gündemden düşmüştü.

Ece hanım bu program dâhilinde her gün spor yapacak ve zayıflayacaktı. Ayağını kırmak ise, zayıflama programından kurtulmanın en kesin yoluydu. Bilinçaltı zayıflamayı arzu etmiyordu. Buna rağmen Ece Hanım zayıflama programına gidiyordu.

Olmaaaaz! Bilinçaltına rağmen hiçbir şey başarmazsınız, Olmaaaaz!

Boş yere kendinizi yormayın, ayaklarınızı kırmayın.

Acılardan sıyrılmak için bilinçaltı dört türlü kaçınma refleksi gösterir.

1. Ajitasyon
2. Hastalık
3. Delilik
4. Gelişim

Siz "Gelişim" seçeneğini tercih ediniz. Çünkü diğerleri batırır.

Deneyim 24 (18 yıllık evli ve halen bakire kadının öyküsü)

İstanbul'dan terapi seansları için Kadıköy ofisimize gelen Aycan Hanım 42 yaşındaydı. Sıkı durun, 18 yıllık evli ve hâlen bakireydi.

Bunu, mutsuzluğu tercihten başka ne ile açıklayabilirsiniz?

Bunu, kendine zulümden başka ne ile açıklayabilirsiniz?

Kendini de sevmiyordu.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

……

…….

Deneyim 25 (Migren ağrısına son veren kadının öyküsü)

Danışanlarımdan birisi, sevgili Emine Hanım, sosyal çevrede ve ailesinde yaşadığı iletişim sorunları çözmek üzere geldiği ofisimizden, hiç bir çalışma yapmadığımız halde yaklaşık 20 yıldan bu yana devam eden migren rahatsızlığına son vererek ayrılmıştı.

Emine Hanım, 42 yaşındaydı, İstanbul'da yaşıyordu ve bir kamu kurumunda İnsan Kaynakları Departmanı'nda memurdu. İlişki, iletişim ve aile konularında yaptığımız çalışmalar sevgi dolu ve başarılı geçiyordu, geçmişti.

Çalışmalarımızda kendisi ile ilgili en çok dikkatini çeken şey, kendi kendini mutsuz ediyor olduğunu öğrenmesi olmuştu. "Nasıl olur da kendime zulüm etmişim, ediyormuşum, inanamıyorum" şeklinde defalarca söylediğini hatırlıyorum.

Eşi ile, anne babası, akrabaları, iş ve sosyal çevresi ile yaşadığı sorunlara son vermişti. Çünkü kendisi ile savaşı fark etmiş ve bitirmişti. Şimdi hayat ona güzel. ☺

Danışmanlık sürecimiz devam ederken migren rahatsızlığından bahsetmişti ancak tıbbi bir konu olduğu için benim alanımın dışındaydı. Elbette ki tüm tıbbi sorunların çözüm merkezi yine tıptır. Dayım Adana'da, kızım da İstanbul'da tıp doktoru olan birisi olarak söylüyorum ki, sağlık sorunlarınız için lütfen doktorunuza danışınız.

Ve danışmanlık sürecimizin sonlarına doğru geldiğimizde son seanslardan birisi için ofisime girdiğinde "Ya hocam, aylardır başım ağrımıyor, size hemen söylemedim, biraz daha zaman geçsin bakalım, böyle devam ederse demek ki benim artık baş ağrım da iyileşti, size şimdi bu haberi vermek istiyorum" demişti.

Çok güzel hareketler bunlar, çok güzel. Kendine zulüm etme kararından vazgeçince, demek ki bir illüzyondan ibaret olan migren de “Artık buralarda duramam” diyerek Emine Hanım’ın başını terk etmiş, farkındalıksız başka başlara göç etmek üzere oradan ayrılmıştı. ☺

Yaşam kodlarını çözersen hayat yürüyen merdivenle ilerliyor.

Kınamak ve Şikâyet Etmek Odaklanmaktır

Dikkat ediniz şikâyet ettikleriniz de artış eğilimi gösterir. Bilinçaltınızın merkezine neyi koyarsanız ve gündeminizde sürekli neyi tutarsanız o ister memnuniyet olsun ister şikâyet tarzında olsun, sistem bu hislerinizi sürekli gündemde tuttuğunuz için arzu ediyorsunuz şeklinde algılıyor. Bu bakımdan şikâyet ettiğiniz şeylere dikkat ediniz, her an gerçekleşebilir, her an başınıza gelebilir.

Ayrıca kınadığınız şeyleri de yaşamınızda deneyimlemek zorundasınız. Neden? Yine burada bir odaklanma durumu söz konusu. Bu nedenle kınadığınız şeye odaklandığınız için ve neye odaklanırsanız da bilinçaltınızda o büyüdüğü için sistem yine bunu “çok arzu ediyoruz” şeklinde algılıyor. Sonra bir bakıyorsunuz ki, kınadığınız şeyin başrolünde siz varsınız. Asla yapmam dediğiniz her ne var ise bir bakmışsınız ki, siz onun organizatörü olmuşsunuz. O yüzden kültürümüzde “büyük lokma ye ama büyük söyleme” denilmiştir.

Başka kişileri kınadığınızda çocuklarınızın özgün karakterli olmasını engelliyorsunuz. Bir başkasını ya da bir başkasının çocuğunuzda kınadığınız kişinin varsa olumsuz enerjisi çocuğunuza transfer edilmektedir. Çocuğunuzun bilinçaltına kodlanan başkasına ait bu enerji ne yazık ki özgün karakterli olmak yerine adeta genetiği ile oynanmış tohum gibi sonuç vermektedir. Eğer yaşamınızda böyle bir durum varsa arındırma yoluna gitmelisiniz. Böylece çocuğunuz (hatta yetişkinler dâhil) özgün karakterine ulaşabilsin. Ve göreceksiniz yaşamındaki nice kıtlık, hastalık vb. sorunların son bulduğuna tanıklık edeceksiniz.

Korkularınıza değil hedefinize odaklanın. Zira neye odaklanırsanız bilinçaltı onu büyütecek ve sizin için Evrensel Sistem'e sipariş geçecektir. Korktuğunuz o yüzden başınıza geliyor, bilmem anlatabildim mi?

Ayrıca beyin çoğunlukla kendini hep kötü hissetmeye bayılır. Bunun alt amacı kendini hayatta tutabilmektir. Bu oyuna gelmeyin, kendini iyi hissederek bırakın hayatta kalmayı, hayatı doya doya yaşamayı tercih edin.

Televizyonda, sosyal medyada duyduğunuz olumsuz haberlerin enerji alanına girmeyiniz. Hatta birisine sinir olduğunuzda da aynı şey oluyor. Girdiğiniz enerji alanlarına uygun deneyimler yaşarsınız. Kaçırılan çocuklar, eziyet edilen hayvanlar gibi haberlerden bilginiz olsun ancak ilginiz olmasın. Böyle çocuklar için dua edin. Bir eziyet edilen hayvan bilgisini aldığınızda siz de buna karşılık bir sokak hayvanının bakımını yapın, suyunu verin, gerekiyorsa veterinere götürün ya da bir hayvanın bakımını üstlenin. Böylece kötü haberlerin enerjisine girmezsiniz ve yeni olumlu bir enerji alanına girmiş olursunuz.

Zannettiğiniz gibi kötü haberlerde toplumsal bilincin arttırılması için yapılan olumsuz çabalar "Kötülüğün Propagandasına" dönüşüyor. Sürekli gündemde tutulan kötü ya da iyi her şey bilinçaltında büyüyor. Büyüyen her şey de sizi enerji alanına çeker. "Kadına şiddete hayır" kampanyalarının şimdiye kadar hiçbir yararı olmamış aksine kadına şiddet artarak devam etmiştir. "Sigara ile mücadele" kampanyaları, sadece sigarayı meşru hale getirmiştir.

"Kadına şiddete hayır" yerine "Kadına sevgi" denilmelidir. "Sigara ile mücadele" yerine "Sağlıklı ve mutlu yaşam" yer almalıdır. Dikkate neyi sunarsanız bilinçaltı onu büyütür ve gerçekliği haline getirir.

Bunu bir de şöyle izah edelim: Twitter'da açılan olumsuz hashtag'lerin enerji alanına girmeyiniz. Bu tür hashtag'leri etiketleyip paylaşmayınız. Demek istiyorum ki her topa girmeyin, sevgi topundan başka.

Yargıladığınız ve eleştirdiğiniz kişi, durum ve olaylar hayatınıza yapışır. İkili mücadeleye girdiğin kişinin enerji alanında kalırsın, ilerleyemez, patinaj yaparsın. Ya affet ya da sil gitsin. Bana kalırsa herkes için iyilik güzellik dile.

Güzel düşün, güzel hisset, güzel bak, güzel gör, güzel yaşa…

3. KISIM

Kıskançlık Yasası

Bir insan bir maddi varlığa ya da sosyal makama kavuştuğunda, maddi olarak kazancı arttığında onu kıskanmak Yaratıcı'ya kafa tutmaktır. Ne kadar vahim ve ne kadar hazindir. Bir insanın elde ettiği maddi, sosyal ve bürokratik kazanımları kıskanmak Sonsuz Kudret'e iş öğretmeye kalkışmaktır. Allah'ın, kime neyi ne kadar vereceğini bilmediğini beyan etmektir. Tüm bu davranışlarımız aslında Yaratıcı'yı yargılamak ve O'na karşı güvensizliğimizi beyan etmektir. Kıskanan kişide kıtlık bilinci frekansındadır. Hangi frekanstan yayın yapıyorsanız sistem size onu yaşatır.

Kıskanmak bize kadar gelecek olan bolluk ve bereketin önünü bizzat bizim "hoop" diye tıkamamızdan başka bir şey değildir. Kıskanan kişiler inanın darlık ya da yokluk içinde yaşarlar. Kazanımlarımız bir başkasının kaybetmesine razı olmakla legal halden çıkmaktadır. Bir başkasının kaybetmesini istemek Bilinçaltı Yasası'na göre kendini o insanlardan daha geride ve şanssız görmektir. Tabi ki Bilinçaltı Yasası gereği kendini nasıl görüyorsan onu deneyimleyeceksin. Bir başkasının kazanmasını engellemek, kendine gelen bolluk ve bereket konvoyuna bombalı tuzak kurmaktır. Kıskanan kıskaca girer.

Her insan Allah'ın yarattığı özel bir mucizedir. Ben de, sen de, o da, bu da. Kendime dilediğim her bir iyiliği aynen sana da, buna da, ona

da içtenlikle diliyorum. Çünkü bu bana peşinen iyi geliyor. Ayrıca, neden kötülük dileyeyim ki? Kötülüğü dilemek de bana kötü geliyor.

Kendi güneşinden emin ol, başka yıldızların parlaması seni rahatsız etmeyecektir.

İşte o yüzden diyoruz ki, kurnaz olma akıllı ol. Her daim yeniden sonsuz yaratımın mevcut olduğu bir sistemde yaşıyoruz. Burada yokluk değil çokluk var, darlık değil varlık var, kıtlık değil bolluk var. Çünkü hiçbir şey bize sınırlı bir depodan gönderilmiyor. Her şey sonsuz bir kudret ile yeniden ve yoktan yaratılıyor.

Bir başkasının başarısını, zenginliğini, güzelliğini, iyiliğini kıskanmak inanın evrendeki yokluktan değil, sizin içinizdeki yokluktan kaynaklanıyor. İçinizi doyurun. Bunun yolu da parayla satın alınamayacak şeylerdir.

Değersizlik Hissi'nden kurtulun.

Özgüven yoksunluğunuzla yüzleşin.

Kendinizi ve yaşamınızı çözünüz.

İşte görüyorsunuz, varlık içinde yokluk çekmek bir kader değil tercihtir. Fakat farkında olunmadan yapılmıştır. Bir hatayı yapmak ayrı bir hatadır, o hatanın farkında olmamak da ayrı bir hatadır.

Padişaha kafa tutarsanız, padişah sizi ya idam ettirir ya zindana attırır ya da Fizan'a sürgüne gönderir. Hep beraber aklımızı başımıza alalım. Her birimiz her birimize bolluk bereket dileyelim. Sağlık güzellik dileyelim. Varlık ve zenginlik dileyelim. Sevgi ve muhabbet dileyelim. Hatırlayın lütfen, Evrensel İlahi Sistem nasıl çalışıyordu? Dünyaya ne gönderirsen sana onlar gelir, sana ne geldiyse senin gönderdiklerindir. Sana gelenler gönderdiğin hammaddelerin paketlenerek servis yapılmış halidir. Nasıl bir paketle karşılaşmak istiyorsan ve o paketin içinden neyin çıkmasını istiyorsan çok kolay, onları gönder.

Anlık yaşadığın tüm hisler sistem tarafından sipariş olarak algılanmaktadır.

O halde, ben sizi seviyorum, size bolluk ve bereket diliyorum. Sizin için içtenlikle zenginlik, sağlık, güzellik ve sevgi diliyorum. Sevgi dolu, coşku dolu ve tam sağlıklı uzun bir ömür diliyorum. Haydi, siz de benim için ne diliyorsanız lütfen aşağıya yazınız. (Çok akıllıyım değil mi? ☺

Benim için dilekleriniz:

………

……….

(Siz de az akıllı değilsiniz yani ☺)

Uyumlanma Yasası

Uyumlanma nedir? Teknik olarak önce onu kısaca izah edelim. Örneğin, A radyosunu dinlemek istiyorsunuz, radyo alıcınızın da A radyosunun verici frekansına eşitlenip ayarlanması gerekiyor. Örneğin, FM bandı 98,2'den yayın yapan radyoyu dinlemek için, radyo alıcınızın da yine FM bandında 98,2'ye ayarlanması gerekiyor. Bunun adı frekans uyumlanmasıdır. Bir başka deyişle de eş frekansa geçmektir.

Cep telefonlarımız da baz istasyonlarıyla bir tür frekans uyumlanmasına sahiptir. Yani eş frekanstadır.

Bizim burada bahsetmek istediğimiz Uyumlanma Yasası da teknik olarak böyle bir durumdur. Bilinçaltımız ruhsal bir enerjiden olduğuna göre sürekli olarak 7/24 enerji üretmektedir. Her an üretilen bu enerji yine her an Evrensel Sistem tarafından teknik olarak algılanmaktadır. Evrensel Sistem ile frekans uyumlanmasına sahip olan kişiler hayatın sırlarını tamamen çözmüş kişilerdir. Siz de yaşamın sırlarını çözmek istiyorsanız Evrensel Sistem ile kendi frekansınızı uyumlayınız. Yani Evrensel Sistem ile kontak kurunuz. Siz bir verici, Evrensel Sistem alıcıdır, aynı zamanda Evrensel Sistem verici, siz alıcısınız.

Bilinçaltınızdaki tüm hisler kesinlikle Evrensel Sistem'in dikkatinden kaçmaz. Tüm niyetleriniz an be an algılanır, kaydedilir ve gereği yapılır.

Hani bazen bir gece vakti kalbiniz kırık, gönlünüz hüzünlü, gözleriniz yaşlı olduğu halde dua edersiniz ya ve bir müddet sonra içinizi büyük bir huzur kaplar ve kendinizi çok iyi hissedersiniz ya. İşte bu, Evrensel Sistem ile uyumlandığınızın tam göstergesidir.

Hisleriniz sistem tarafından algılanmış, onaylanmış ve size cevap verilmiştir. Size huzur veren ve kendinizi iyi hissettiren şey de o verilen cevaptır.

Tasavvuftaki rabıta da işte böyle bir şeydir.

En Büyük Marifet Kendini Bilmektir

Bu aşamaya geldikten sonra anlaşılıyor ki, en büyük marifet sanırım kendini bilmektir. Zira bu aşamaya kadar hep birlikte iç yolculuk yaptık, yapmaya da devam ediyoruz. Hatta bu kitabı okuyup bitirdikten sonra iç yolculuğunuz artarak devam edecektir.

Neyin ya da kimin peşinde koşuyorsanız aslında bilinçaltının amacı o değildir. Evrensel İlahi Sistemin bir tek amacı var, bizi adam etmek. Peşinden koşup da elde ettiğiniz çoğu şeyin bizi tatmin etmemesi bundandır. Gözümüzde büyüttüğümüz çoğu dağ fare doğurur ki Evrensel Sistem bize büyüttüğümüz her şey karşısında şu hissi yaşatır: “Abarttığın şeye bak.”

Bilemiyorum, sizde benim gibi bu seyahatte heyecan duyuyor musunuz? Zira kendini bilmiyorsan hiçbir şey bilmiyorsun demektir. Kendini bilmezsen bildiklerinin hepsi nesneldir, nesnel bilgiler de bilgiden sayılmaz. Çünkü işlevsel değildir. Kendini bildiğin anda tüm bilgiler öznel hâle gelir, adeta kanına karışır, can olur, sen olur. Kendini bilmeden bildiğin bilgiler, elektrik verilmemiş ampul gibidir. Yani aydınlatmıyor insanı. Kendini bildiğinde adeta o ampul elektrik verilmiş gibi oluyor, aydınlatıyor.

Kendini bilirsen, kendinden kaçışların son bulur. Kendine gelişlerin aşk olur. “İnsan bu dünyaya talimle terbiye olmaya gelmiştir” sırrınca kendini keşfettikçe büyük bilgisayar adını verdiğimiz Evrensel

Sistem'le irtibatın artar, işlerin yolunda gider, mutlu olursun. Belki de çoğunuzun duyduğu, son zamanlarda sıkça söylenen "Kendini bilen Rabbini bilir" sözü konumuzun izahında yardımcı olabilir.

Kendini bilmeyen kişi, yaşadığı olayları doğru tercüme edemez, içeriden bakamaz, dışarıdan analiz eder, isyan eder, kendinden uzaklaşır. Kendinden uzaklaşan insanın mutsuzluğu da kaçınılmazdır.

Bilinçaltı Kodu Nasıl Değişir?

Bilinçaltının önemli bir kuralını burada paylaşmak istiyorum. Dediğim gibi var olan bir bilinçaltı kodu kendini deneyimlemek zorundadır. Bilinçaltınızda var olan her inanç, dış dünyada deneyim olarak size geri dönecektir. Ayrıca dış dünyada yaşadığınız her deneyimin de kesin olarak bilinçaltınızda bir enerji karşılığı ya da bir inanç karşılığı vardır.

Aslında dış dünyada yaşadıklarımız iç dünyamızın tercümanıdır. Bu kitap da bir bakıma bir tercümanlık hizmetidir.

Bilinçaltında var olan bir kod, bir inanç, siz onu değiştirmek istemedikçe asla değişmeyecektir. Ne zaman değiştirmek isteyeceksiniz, biliyor musunuz? O deneyim artık sizi cidden rahatsız etmeye başladığında. Taa ki, artık bu kodun sizin için zararlı olduğunu anladığınızda size uygun olmadığına karar verdiğinizde, daha da önemlisi ders aldığınızda zihninizde büyük bir farkındalık olacak ve bir zihinsel şamandıra tak diye atacaktır. Şamandıra attıktan sonra da artık yeni "Seni" yeniden inşa edebilirsin.

Burada görüyorsunuz ki, iki tane önemli kelime kullandım. Farkındalık ve şamandıra. Farkında olduğunuzda şamandıra atıyor, başka bir ifade ile jeton düşüyor. Jetonu henüz düşmemiş birisine laf anlatmanın deveye hendek atlatmaktan zor olduğunu söylememe gerek yok sanırım. Zaten jetonu düşmüş birisine de laf anlatmaya gerek yok. ☺

İnsan bir sorunla karşılaştığında aslında hemen zihinsel arama motoru devreye girer. Ve bu sorunun karşılığında kesin olarak as-

lında bir bilgiye ulaşacaktır. Ve o bilgi ile bu sorunu çözebilir. Ama bu çoğunlukla olmuyor. Çünkü zihinsel arama motorunun bulduğu bilgiler ile sorunu çözemiyor. Oysa bir insan herhangi bir sorunla karşılaştığında kesin ve kesin olarak o sorunun cevabı bilinçaltında mevcuttur. Zaten hayatında yaşadığı sorunun amacı da bu. Hayatımıza gelen bu sorun bize iç yolculuk yaptırmak istiyor, kendimi tanımamızı istiyor. Yaşattığı sorundan mütevellit oluşacak soruların cevabını bilinçaltımızdan çıkartmamızı istiyor.

İnsan da çoğunlukla bunu başaramaz. Nedeni ise, zihinsel arama motoru sorunu çözecek bilgilere ulaşmıştır. Ancak doğru bakış açısı olmadığından işe yaramaz. Bunun üzerine sistem bu seçenekle sorunu çözemediğimizde başka bir seçeneği yani diğer bir sorunu bize yaşatır. İsterim ki, sorun yaşamadan cevapları bulalım. İsterim ki, hiç olmazsa bir tek sorundan sonra cevapları bulalım.

Burada Mümin Sekman'ın bir sözüne yer vermek isabetli olacak:

"Türkler düşmeden düşünemiyor." ☺

Oysa eğitim, oysa kitaplar düşmeden düşünmek için varlar. Artık düşmeden mi düşünürsünüz, düştükten sonra mı düşünürsünüz, varın siz düşünün. ☺

Bilinçaltının Haklı Çıkma Refleksi

Bilinçaltı var olan inancı dış dünyada deneyim olarak size geri verir. Bu aynı zamanda bilinçaltının "Haklı Çıkma Refleksi"dir. Harun Bey'in hikâyesinde de bu durum vardı. Hatırlarsanız Harun Bey, kandırıldığını anladığı anda, üzülmenin yanı sıra derin bir rahatlama hissi yaşamıştı, o rahatlama bilinçaltındaki inancın haklı çıkmasıydı. Bilinçaltı her zaman haklı çıkmak ister.

Siz de şöyle yaşamınıza bir bakınız.

"Ben biliyordum abi böyle olacağını."

"Hissetmiştim, vallahi biliyordum."

Bazen öyle şeyler yaşarsınız ki, asıl nedeni öfkedir. İnanın içinizde öfke varsa, o öfkenin enerjisi sizi durdurmaz ve sürekli öfkelene-

ceğiniz deneyimleri size tekrar ettirir. Öfkelenirken de bu öfkenin içerisinde de kesinlikle bir rahatlama hissedersiniz. İşte o rahatlama hissi bilinçaltındaki bir inancın "Haklı Çıkma Refleksi"dir.

Vesselam, öfke enerjisinden yola çıkacak olursak, o öfke enerjisi orada, bilinçaltınızda var olduğu sürece daha çok öfkeleneceksiniz. Siz en iyisi mi öfkeyi sevgiye dönüştürün. Bu en etkin yöntemdir. Hem de tüm sorunlarda. Zaten bilinçaltınızda safi sevgi tam olarak yer alsa, hiç ama hiçbir sorun yaşamayacaksınız. Bu dünya da sizin için Cennet gibi olacaktır.

Deneyim 26 (Beş yıllık aşktan sonra sevgilisi tarafından terkedilen gencin öyküsü)

Terapi danışmanlık için Kadıköy ofisimize geçen yıl gelen 26 yaşındaki sevgili Harun Nazmi'nin yaşadıkları da tam olarak Bilinçaltı Yasası'na göre, bir "Kendini Teyit Etme Refleksi"ydi.

Lisede başlayıp devam eden tam beş senelik ilişki bitmiş, Şennur ile tam "evleneceğiz artık" derken ipler kopmuştu. Harun Nazmi, kendi kendine nasıl olur da ayrılırız diye soruyor, olanlara anlam veremiyor ve acı çekiyordu.

Harun Nazmi, "Hocam yaa, vallahi kabullenemiyorum, çok emek verdim yeminle. Böyle olmamalıydı" diyordu.

Çok emek vermek kavramını bir yerlerden hatırlıyorsunuz değil mi? Terk edeceği korkusu, ayrılacağız endişesi olmasaydı, o kadar emek vermeyecekti. Hem bu kadar emeği kim kaldırabilirdi ki?

Aslına bakarsanız Harun Nazmi, Şennur'un kendisini terk etmesi için elinden geleni yapmış ancak bundan haberi yoktu. Elbette Harun Nazmi, görünürde onun için çok şeyler yapıyordu. Bilmeyen için Harun Nazmi doğru yoldaydı, Şennur hayırsız ve kıymet bilmez oluyordu. Tabi olan Harun Nazmi'ye oluyor, tarifsiz acılar içerisinde kıvranıyordu.

Bilir misiniz bilmem, literatürde en büyük acı olarak; kişinin çocuğunun ölmesi ve aşk-ayrılık acısı olarak tarif ediliyor. Allah ver-

mesin, böyle acıları kendimizden ve çocuklarımızdan ve tüm insanlıktan uzaklaştıralım, iptal edelim. Yani aşk acısı öyle kolay bir şey değildir. Ciddiye almak gerekir, kınamayın.

Harun Nazmi'nin bilinçaltından neler çıktı biliyor musunuz? İlişkinin son üç yılında, üç yıl boyunca "Bir şey olacak ve evlenemeyeceğiz" "Terkeder bu beni" "Bu kız çok güzel yaa, beni almaz ki…"

Şennur, Harun Nazmi'yi terk ettiğinde ise Harun Nazmi'nin içinden geçen duygu neydi? Haydi bilin gari. ☺

"Biliyordum zaten", "Ben demiştim abi", "Ulan korktuğum şey başıma geldi ya"…

Bilinçaltı kendisini teyit etti mi? Etti.

Yine bilinçaltının dediği oldu mu? Oldu.

Her şeye rağmen, tüm bunlara rağmen Harun Nazmi'nin bilinçaltı rahatladı mı? Elbette. Her şeye rağmen şöyle bir "Oh!" dedi mi? Dedi tabi ki.

Ha şunu da söyleyelim ki, Şennur da öyle sandığınız gibi rahat ve huzurlu değil ama bu konu bu kitabın konusu değil. Bu konu önümüzdeki yıl ya da yıllarda çıkacak olan bir aşk kitabımda çok güzel bir şekilde izah edilecektir.

Şimdi Harun Nazmi, yaşadığı bu acı deneyim ile neler kazandı neler, bilemezsiniz? Ne demiştik, Evrensel İlahi Sistem acının içerisine şifayı koymadan yaratmıyor. İçerisine güzel bir şey, kötü bir şey asla yaratmıyor. Herkes Harun Nazmi kadar şanslı mı? Evet, şanslı tabi ki. Ama herkes o şansı kullanmak istemeyebiliyor.

Harun Nazmi ile uzun uzun çalıştık. O şimdi ne mi yapıyor?

Evrensel İlahi Sistemi çözdü. Bilinçaltı Yasası'nı öğrendi. Aşk acısını önce hafifletti, sonra çok çok azalttı. Bir şirketi vardı, iki şirket daha kurdu. Bugünlerde Evrensel Sisteme gönderdiği evlilik ve aşk sinyallerinin hangi pakette ne zaman geleceğini bekliyor.

Bu deneyimden nasıl bir ders aldınız ve sonuç çıkardınız? Lütfen yazınız.

………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………….

Bir Danışanımın Mucize Gibi Anısı

Zonguldak'tan Sevgili Mucize Hanım, mucize gibi bir deneyim yaşamıştı. 40 yaşındaydı, 20 yıllık evliydi. Yıllar geçmiş, evliliklerinin 18. yılına gelmişler ama halen hiç çocukları olmamıştı. Doktorlar Mucize Hanım'a; "Siz hamile kalamazsınız, kalsanız da yaşamazsınız, o çocuğu doğuramazsınız" demişlerdi. "Yaşamanız için ancak bir mucize olmalı" demişlerdi.

Netice olarak Mucize Hanım'ın çocuğu olmuyor ancak iyi ki de olmuyordu, çünkü Mucize Hanım eğer hamile kalırsa yaşayamayacaktı. Doğursa da çocuğu, annesiz büyümek zorunda kalacaktı. Bu arada Mucize Hanım, "Bir mucize olsa da hamile kalsam, öleceğimi bilsem de doğuracağım" diye için için düşünüyordu. Bence bu bencillikti ve hamile kalmamalıydı.

Bununla birlikte Mucize Hanım hamile kalmayı, çocuk doğurmayı çok arzu ediyordu. Hatta içinden ne geçiyormuş biliyor musunuz? "18 yıllık evliyim, en az üç çocuğum olmalıydı, bir mucize olsa da üç çocuğum olsa" diye geçiriyormuş. Bir de "Bu üç çocuğum da erkek olur inşallah" diye de düşünüyormuş.

İşte tam o yıllarda, bundan iki yıl önce hiç ummadıkları bir anda **Birinci Mucize** gerçekleşir ve hamile kaldığını öğrenir. Mucize Hanım'ı bir heyecan basar, bir heyecan basar, bilemezsiniz. Ve o dokuz aylık süreç inanılmaz hareketli, heyecanlı, atraksiyonlu ve mucize gibi geçer. Mucize Hanım tam dokuz ay boyunca ayakları yerden kesilircesine yaşar.

Mucize Hanım, hamileliği boyunca Kadın Doğum uzmanları ve Psikologlardan yardım alır. Çok da iyi olur. Ve sıkı durun:

Mucize Hanım, hamileliğinin ilk aylarında çocuğun cinsiyetini öğrenmek için bir gün doktora gider ve çocuğunun cinsiyetini öğrenmek ister.

Ve **İkinci Mucize:** Doktor tüm tetkikleri yaptıktan sonra odasından çıkar ve Mucize Hanım'a parmaklarıyla üç işareti yapar. Mucize Hanım üçüzlere hamiledir. ☺

Mucize Hanım, elinde olmadan "Allah'ım, inanamıyorum" diyerek çığlık atar, aşırı sevincini dizginleyemez ve hüngür hüngür ağlar.

Sıkı durun **Üçüncü Mucize,** üçü de erkektir.

Mucize Hanım, "Bir mucize olacak ve ben bu çocukları sağlıklı bir şekilde doğuracağım hem de yaşayacağım" diye düşünmektedir.

Ve o gün gelir, Mucize Hanım, üçüzleri sağlıklı bir şekilde doğurur.

Dördüncü Mucize: Halen hem çocuklar hem de Mucize Hanım oldukça sağlıklı bir şekilde yaşamlarına devam etmektedirler.

Beşinci Mucize: Mucize Hanım'ın hamile kalmadan önceki tıbbi rahatsızlığı tamamen geçer. Hatta kimi zaman yaşadığı alerjik durumlar da tamamen iyileşir. Hatta ve hatta zihni açılır, güzelleşir daha da gençleşir.

Böyle bir mucizeden sonra Hayat Hanım'a "Mucize" diye hitap etmeye başlarlar. Artık herkes onu Mucize Hanım olarak biliyor ve öyle sesleniyorlar. Doğrusu zaten Hayat bir Mucize'dir. ☺

Burada çok ama çok önemli gördüğüm değerli bir analizimi sizinle paylaşmak zorundayım; Hayat Hanım, (Namı diğer, Mucize) inanılmaz derecede safi, inanılmaz derecede naif, inanılmaz derecede samimiydi. Bir tür melek gibiydi adeta. Gökler melekleri tanıyor galiba ki, torpilliydi bu Hayat meleği. Meleklerin işini tabi ki melekler görür, başkasına bırakırlar mı hiç?

Kendini İyi Hisset

Şu aşamaya kadar bahsettiğimiz konulara bakacak olursak, sanırım ki birçok şey zihninizde oturmuştur. Artık kanatlarınızı açıp uçmanın zamanı gelmiş olmalı. Hazır mısınız?

Örneğin mutsuzsunuz, örneğin kendinizi sevmiyorsunuz, örneğin şükran duygusuna sahip değilsiniz ve dahi her daim ya da çoğu zaman kendinizi kötü hissettiğinizi varsayalım. Sıkıntı yok. Sakin olun ve sorduğum şu soruya lütfen cevap veriniz.

Kitabı bu aşamasına kadar iyice okudunuz mu? Okuduysanız anladınız mı? Eğer tam olarak okumadıysanız ya da tam olarak anlamadıysanız lütfen baştan itibaren buraya kadar tekrar okuyunuz.

Eğer okuduysanız lütfen en fazla dört cümlede özetleyiniz, ne anladınız yazınız?

1. …
… …
… …

2. …
… …
… …

3. …
… …
… …

4. …
… …
… …

Şimdi de lütfen en temel dört sorunuzu yazınız.

1. …
… …
… …

2. …
… …
… …

3. …
… …
… …

4. …
… …
… …

Peki, bunu da yazdığınıza göre, muhtemel sorunlarınızı ben de buraya yazıyorum, bakalım ne kadar örtüşecek.

1. Kendini sevmeme
2. Değersizlik hissi
3. Mutsuzluğu tercih etme
4. Şükran duygusu yetersizliği

Şimdi ben bu sorunlar için size kolay uygulayacağınız bir formül vereceğim. Bu formülü tüm sorunlarınıza uygulayabilirsiniz.

İyi Hissetme Formülü

Bu formül bilinçaltını dönüştürme yöntemidir. Bilinçaltındaki eski inançları kaldırıp, yerine yeni inançlar yükleme formülüdür. Burada öncelikle ve özellikle şunu belirtmem gerekir ki, bilinçaltı sadece ve sadece **sevgi** ile dönüşür. Bu sevgi safi olmalıdır, koşulsuz olmalıdır. Koşullu sevgiyi bilinçaltı reddeder.

Öncelikle şunu belirtelim ki, dua etmek bilinçaltına enerji yüklemektir. Ne kadar çok yüklersen o kadar kendini iyi hissedersin.

İşler yolunda gidince kendini iyi hissetmek değil, kendini iyi hissedince işler yolunda gider. Şunu da söylemeliyim ki kendini iyi hissetmek için minik minik iyi hissetme refleksleri geliştir. Bir gün, çok az da olsa kendini iyi hissettirecek bir şey yap. Örneğin, İstanbul Boğazı turuna katıl, balık tut ya da ye. Ertesi gün bir miktar daha iyi hissettirecek bir şey yap. Ve bu hissedeceğin anları çoğalt. Çoğalan iyi hisler kötü hislere yer bırakmayacaktır. Dene, göreceksin, çok iyi gelecek.

Kendi içindeki tepelere tırmanarak yorulma, eteklerinde keyfine bak. Bir nesne ya da herhangi bir şeyi seçerken daha iyi olanı değil, daha havalı olanı değil, kendini daha iyi hissettireni seç. Mutluluğun havaya ihtiyacı yoktur.

Kendini iyi hissetmek için antideprasan kullanmak ne kadar doğru bir tercihtir, bu bizim konumuzun dışındadır. Ama şunu he-

piniz biliyorsunuz antideprasanın yaptığı sizinle duygularınız arasına bariyer koymak, engel koymak, kendinizden uzaklaştırmak. Antidepresanların sorunları tek başına çözdüğü ile ilgili bir kanaate sahip değilim. Fakat şu olabilir, psikolojik ve psikomatik sorunlarda terapi ve danışmanlık sürecinde, ağır durumlarda geçiş sürecinde hekim yardımı ile antidepresanlardan geçici ve kısıtlı yararlanma yoluna gidilebilir. Bunun için hem terapistiniz hem de doktorunuzdan yardım almalısınız.

Öz'ün güzel olsun, yüzün güzel olur.
Öz'ün güzel olsun, sözün de güzel olur.
Yüz güzelliği, öz güzelliğinden gelir.
Özüne bak, gözüne bak, sözüne bak, kendine iyi bak...

Öz görmeden göz göremez,
Öze gelmeden göze gelemez.
Her göz özü göremez,
Her öz, sözü bilmez.
Her söz öze girmez.

Bolluk Bilincine Hoş Geldiniz

Bir şey yaşarken eğer niyetin yararlılık ise dışarıdan görünüşü her ne olursa olsun içeriği hayır işidir.

"Bedava sirke baldan tatlıdır" sözünü "Bedava sirke baldan zehirlidir" diye düzeltmek gerekir. Bedava peşinde koşmak, kıtlık ve yokluk bilincinden kaynaklanır. Kendisini bolluk ve bereket içerisinde hisseden birisi bedavanın peşinde koşar mı? Unutmayın, Bilinçaltı Yasası gereği kıtlık bilincin varsa, kıt kanaat yaşamak zorundasın. Bu nedenle bazen de bedavaya muhtaç olacaksın.

Bedavaya kim ihtiyaç duyar? Kıtlık bilinci olanlar ve kendisini fakir olarak hissedenler ihtiyaç duyar. Bolluk bilincine sahip ve zen-

gin birisi kendisini öylesine doygun ve zengin hisseder ki bedavayı fark etmez bile. Bilinçaltı Yasası gereği hissettiklerimiz ne ise onu deneyimleyeceğimize göre kıtlık bilinci ve fakirlik duygusuyla kıtlık ve fakirliği deneyimlemek zorundasınız. O halde, bolluk bilincine ulaşıp zengin ve varlıklı yaşamak sizin elinizdedir ve bu kesindir.

Mağazaların avantajlı indirim kartları kesin olarak dezavantaj kartıdır. Ayrıca zengin ve bolluk bilincinde olan birisi neden indirim kartı kullansın ki?

Çünkü bolluk bilincinde kıtlığa yer yoktur. Çünkü siz yaratmıyorsunuz, siz yaratıcı değilsiniz.

Siz de bolluk bilincine ulaşın, nakit ve peşin alış verişin tadını çıkartın. Tüm indirim kartlarını kesmekle işe başlayabilirsiniz.

Kartlarınıza tanımlanan hediye paralar, sizin değildir. Ekonomi bilimine göre bakıldığında zaten uzmanlar bunun bir dolaylı ve kılıflı bir soygun olduğunu söylüyorlar. Parapsikoloji paradigmasına göre değerlendirme yaparsak yukarıda bahsettiğim kıtlık bilincinin tam göstergesidir.

Danışanlarımdan sevgili Deniz Hanım anlatmıştı; annesi hep şöyle dua edermiş: "Allah'ım, az ve miktarınca ver." Tabi ki Allah'ın da az ve miktarınca isteğinize cevap verecek kadar kudreti vardır. Ne yazık ki bu öyle ironik bir acıdır ki, az ve miktarınca istemeyi erdem zannediyoruz. Bu tamamen bir illüzyondur. Gerçek olan bolluktur, berekettir, coşkudur…

Zengin gibi düşünmek, zenginlikten daha büyük bir zenginliktir. Bu nedenle bereket, miktardan daha fazladır.

Daha önce belirtmiştim, tekrar etmek istiyorum "Allah'tan büyük şeyler istemiyorsanız O'nu küçük görüyorsunuz" demektir.

Bundan sonra gelene değil, getirene bakınız. Gelen, nedenler kılıfındaki siparişçilerinizdir. Çoğunlukla aylar ya da yıllar önce verdiğimiz siparişleri unutsak da sistem unutmuyor ama zamanı geldiğinde sistem o siparişlerimizi önümüze kadar getiriyor. Ektiğimiz nice niyet tohumlarımız, zamanı gelince yeşeriyor, fidan oluyor, ağaç oluyor, meyve veriyor.

Enerjiye Yatırım Yapın

Çocuklarınızı okullara gönderiniz, iyi yetiştiriniz. Bununla birlikte Harvard'dan da mezun olsanız, enerji düzeyiniz düşükse yaşam kaliteniz de düşük olacaktır.

Ben akademik tahsili çok önemsiyorum. Bununla birlikte enerji düzeyi düşükse diploma artık pek işe yaramıyor. İlkokul mezunu olduğu halde iş dünyasında başarılı olmuş nice başarılı iş adamalarından bahsedebiliriz. Zorlu Holding'in patronu sayın Ahmet Nazif Zorlu bunun çok açık bir örneğidir. Sayın Zorlu'nun da enerji sektöründe yatırım yaptığını zaten biliyorsunuz. ☺

Bir topluluğa diplomanız ile girer enerjiniz ile çıkarsınız. Toplumsal itibarınız zannettiğiniz gibi para, makam vs. değildir. Enerjin yüksek olduğunda paran yokken de makamda değilken de büyük bir saygınlığın olur.

"Yok hocam yaa, bizim buralarda hiç de öyle değil" mi diyorsunuz? Zihinsel rakımdan yoksun kişilerin hiçbir halleri ciddiye alınamaz. Enerjisi düşük kişiler niteliksiz kalabalıktır. O yüzden diyoruz ki "çevre yapma, enerji yap", ☺ yoksa hayat sana şekil yapar. ☺

Toplumda varlıklı ve makam sahibi kimi kişilerin gerçekten itibarlı olduğunu görürsünüz. Bu, yumurta mı tavuktan tavuk mu yumurtadan olayıdır. Çünkü enerji olmadan para ve makam olmaz. Enerjisi düşük kişilerin varlıklı ve makam sahibi olduğunu görürseniz bunun geçici bir durum olduğunu biliniz ve bekleyiniz.

Enerjin düşük olduğunda hep birileri ya da bir şeylerin gücüyle ayakta durursun. O şeyin desteği arkandan çekildiğinde seyreyle gümbürtüyü. Enerjini yükselt hiçbir şeye ve hiçbir kişiye ihtiyaç hissetmeyeceksin. Enerjin düşük olunca "Kimden" olmaya çalışacaksın, enerjin yüksek olunca da "Kim" olmaya çalışacaksın. "Kimden" olmak nesnel, doyumsuz ve tedirgin edicidir. "Kim" olmak ise öznel, doyurucu, tatmin edici ve garantidir. Hatta "Kim" olmadan, "Kimden" olduğunun bir önemi yoktur.

Ayrıca enerjin yüksek olduğunda yüksek bir iç doyuma sahip olacağın için çevreye ihtiyaç duymayacaksın. Ama ilginçtir ki, ener-

jin yüksek olduğunda zaten nitelikli bir çevren olacaktır. Enerjisi yüksek kişilerin çakraları daha iyi çalışacağından siyasal ayrım yapmazlar. İnsanları çeşitli sıfatlarla birbirinden ayırmazlar. Yunus vari bir tutumla "Yaratılanı severim yaratandan ötürü" modundadırlar.

Neşe içten, eğlence dışarıdan gelir. İçten içtenlikle neşelenmeyen dışarıda eğlence arar. Eğlence öyle bir şeydir ki, neşenin yerini tutmayacağından hiçbir zaman da doyum sağlayamaz. Eğlence sektörüne bir sözümüz yok. Bazı eğlenceler de vardır ki, içindeki neşeyi uyandırır. İçten neşelenmeyen kişi "yar bana bir eğlence" modunda sürdürecektir.

İçten neşelenen yalnızlık hissi yaşamaz. Dışarıda eğlenen eve gittiğinde yine kendisini yalnız hissedecektir. Dost, akraba, sevdikleriniz ve aile ile bir araya gelip muhabbet neşelendirir, burada sorun yok. Böyle muhabbetlere beni de çağırın. ☺ Bunun dışındaki durumlarda neşesiz eğlencelerde bensiz bağırın. ☺

Sömürgeci Sevgilim

Çok özel ilişkilerde karı koca, sevgili vb. ilişkilerde sıkça rastlanan bir durumdur. Partnerlerden enerjisi düşük olan kişi, enerjisi yüksek olan diğer partneri enerjisel kancalar yoluyla sömürmektedir. Siz, sömüren misiniz yoksa sömürgeci bir partner misiniz?

Kimi kişilerin "Seni seviyorum" demesi, "Seni sömürüyorum" anlamına gelebilir. Yine kimi kişilerin "Aşkım, sensiz yaşayamam" demeleri "senin enerjini sömürmeye ihtiyacım var" anlamına gelebilir.

Kıvırcık Ali de;

"İnce ince eğir beni
Sen yeniden doğur beni
Ta yürekten çağır beni
Bir selam sal sabah olsun
Bir selam sal güneş *doğsun*
Bir selam sal yüzüm gülsün" derken;

Bir enerji gönder nefes alayım diyordu adeta.

Güzel bir şarkıda da bakın ne diyor Ziya Taşkent:

Hiçbir şey kâr etmez deli gönlüme,
Yalnız hayalinle teselli bulur.
Öyle hasretimki bir dost sesine,
Beni bugünlerde ara ne olur.

Eşini kaybetmiş kuşlar gibiyim,
Sensiz yosun tutmuş taşlar gibiyim.
Hayra yorulmayan düşler gibiyim,
Beni bugünlerde ara ne olur.

Benim yolum artık bir çıkmaz sokak,
Nazını işveni bir yana bırak.
Duymazsam sesini kalbim duracak,
Beni bugünlerde ara ne olur.

Hayranı olduğum Attila İlhan'ı da anmak lazım değil mi?

"Ben sana mecburum, bilemezsin,
Adını mıh gibi aklımda tutuyorum."

Bu vesile ile hem Kıvırcık Ali'yi hem Ziya Taşkent'i hem de Attila İlhan'ı rahmetle analım. Hatta bu kitapta adı geçen ve aramızdan ayrılmış olan tüm sanat ustalarına rahmet dileyelim lütfen.

İlişkiler ne kadar sömürge içerir, bu çok özel konular özel görüşmelerle tespit edilebilecek bir konudur. Burada şunu söyleyebilirim ki, sömürgecilik iyi değildir. ☺

Besleyici Sevgilim

Özel ilişkiler, evlilikler vb. illa da sömürgeci olmak zorunda değildir. İlla ki partnerlerden birisi enerji emicidir demiyorum, demek istemiyorum. Sorun ve sıkıntı yaşanan ilişkilerde Sömürgecilik olma ihtimali olabilir, yüksektir demek istiyorum.

Hatta özel ilişkiler aslında bırakın sömürgeci olmasını, besleyici olmalı. Oluyor da. Sömürgeci ilişkiler var evet, bununla birlikte besleyici ilişkiler de var. Zaten ilişkilerde doğru olan da budur. Zaten besleyiciliği için ilişki yaşanır, besleyici olsun diye evleniriz.

Bu tür şarkıları yazmak ya da dinlemek hatta çok sevmek asla kötü ya da zararlı bir şey değildir. Ben de kimi sanatçıları ve kimi müzikleri çok severim. Daha önce söylemiştim sanırım, İstanbul'da beni eğer ararsanız ve bulamazsınız; THM, TSM ve Klasik Müzik konserlerinde karşılaşabiliriz. ☺

Burada söylemek istediğim, bu şarkıların alt planındaki psikoloji. Dikkatli olun sadece. Bestedeki topa girmeyin. O psikolojide olmayın. Onu söylemek istiyorum.

Sömürgeci İlişki, Besleyici İlişkiye evrilir mi? Tabi ki evrilir. Zaten bu kitap bunu anlatıyor ya. Bu aşk ilişkileri ile ilgili daha önce hiç yazılmamış formatta ve ilişkileri çözümleyen bir kitap hazırlıyorum. Sanırım önümüzdeki yılda ya da yıllarda yayınlanabilir. Orada bu konuları daha detaylı olarak okuyacaksınız.

Bilinçaltı Eskiye Dönmek İster

Bu kitabı okudunuz. İçerisindeki bazı önerilerimi de yaptığınızı düşünelim. Zihninizde ciddi bir farkındalık olduğuna inanıyorum. Bununla birlikte bilinçaltı sizi yalnız bırakmayacak. Bilinçaltınızın dibinde kalan eski inançlardan kırıntılar kalmışsa eğer sizi eskiye, geriye döndürmek için elinden geleni yapacaktır. Bu aynı zamanda şu anlama geliyor. Edindiğiniz yeni bilgiler, farkındalık düzeyine ulaşmış yeni inançlar henüz daha kodlanmamış demektir.

Bilinçaltınız siz ilerledikçe engel olmaya çalışır. İçinizde kendinize karşı sebepsiz bir sinir hali hissedebilirsiniz. Okuduğunuz ve öğrendiğiniz kimi bilgilerden cidden rahatsız olmuş olabilirsiniz. Eğer öyleyseniz endişeye gerek yok. İyi şeyler oluyor demektir. Çünkü direnç varsa ilerleme var demektir. İlerleme olmasaydı dirençle kar-

şılaşmayacaktınız. O halde, şunu bilin ki kesin olarak doğru yoldasınız demektir.

Peki, bilinçaltı neden eskiye dönmek ister?

“Mağdura Yatma”nın konforunu bırakmak istemez. Ayrıca da “İcat çıkarmaya gerek yoktur. Biz atadan dededen böyle gördük” fikri onu da sarmıştır. “Azıcık aşım, ağrımaz başım. Ne edecen abi, ülkeyi sen mi kurtaracaksın?” teraneleri çalar.

Kendinizi geliştirmek için eğitimlere gittiğinizde, kurslara katıldığınızda, seminer ve konferansları takip ettiğinizde, hele hele kitap okuduğunuzda çevrenizdeki nice kişiler size ofsayt bayrağı kaldıracaktır. “Ne işin var senin öyle yerlerde, otur oturduğun yerde. İcat çıkarma. Bunlar boş laflar. Bunlar para tuzağı. O kadar parayı bana ver, ben de anlatırım. Fazla ince düşünme kafayı yiyeceksin…” Bunun iki tane açıklaması var:

1. Aynalık Yasası gereği, çıkan o seslerin senin içinden çıktığını söyleyebilirim.
2. Sen şimdi gidip aydınlanacaksın ve benim ne düzeyde olduğum ortaya çıkacak ve sen beni terk edeceksin…

Yalnız Kimsesiz ve Sevgisiz

Çoğu kişi kendisini yalnız, kimsesiz ve sevgisiz hissediyor. Böyle olunca da mutsuzluk kaçınılmaz oluyor. Bunun, çağımızın en büyük bireysel ve toplumsal sorun olduğunu da söyleyebilirim. 2018 yılında İngiltere’de Yalnızlık Bakanlığı’nın kurulmuş olması da bunun göstergesidir. (Time dergisine göre bu bakanlık kurulmuş olsa da İngiltere Hükümeti’nin resmi web sayfasında henüz kurulma aşamasında olduğu görülmektedir.)

45 yaşındaki Nazife Hanım, eşinden ayrılmış ve çocukları ile birlikte yaşıyordu. “Çocuklar bazen evden gidince ve evde yalnız kalınca kendimi yalnız ve mutsuz hissediyorum” diyordu.

Hatta 38 yaşındaki Neslihan Hanım "Eşim eve biraz geç gelince kendimi kötü hissediyorum" diyordu. Bu tür yaklaşımları bilirsiniz, kendi kendisini yalnız, kimsesiz ve sevgisiz hisseden kişiler aslında tam olarak aşağıda yer alan Ankara yöresine ait türkü sözlerindeki gibi yaşıyorlar:

"Su gelir güldür güldür, gel de yar beni güldür.
Bir damlacık kanım akmaz, öldürürsen sen öldür." ☺

Ofisime gelen 38 yaşındaki bir hanımefendi de farkında olmadığı ilginç bir sorun yaşıyordu; ne zaman mutlu olsa derhal mutsuz oluyordu. Yani mutlu olmak onu mutsuz ediyordu. Mutsuz iken de zaten mutsuzdu. Ne kadar ilginç değil mi?

Bu konuda İbrahim Tatlıses de derki,

"Sen yoksan her şey eksik,
Sen varsan her şey tamam."

Şarkılar, türküler duygularımızı böyle dile getirse de, doğrusu; bireysel tatmin aşamasına ulaşmak gerekir. Bunu yapabilirsiniz. Acele etmeyin, yolculuk devam ediyor.

Kendinizi Psiko-Servise Çekin

Namık Kemal meşhur Hürriyet Kasidesinde şöyle der:

"*Hakîr olduysa millet,* şânına *noksan gelir sanma*
Yere düşmekle cevher, sâkıt olmaz kadr-ü kıymetten"

Şeyh Galip de der ki:

"Hoşça bak zâtına kim zübde-i âlemsin sen
Merdüm-i dîde-i ekvân olan âdemsin sen"

Hz. Ali de demiştir ki,

"Ey insan, sen kendini basit bir şey mi zannedersin. Sende âlemler *gizlidir."*

İşte görüyorsunuz insan "özel bir projedir". İşte görüyorsunuz insan ne kadar mükerrem, mükemmel ve muhterem bir varlıktır. İşte görüyorsunuz insan şu koca evrenin tam bir prototipidir, tam bir özetidir, ziplenmiş ve özetlenmiş halidir. Evren makro sistemdir insan ise mikro sistemdir. Bu öyle bir mikro ki, içerisinde tüm makro özellikleri barındırıyor.

Tüm bunlarla birlikte insan hata yapabilir, tökezleyebilir, sıkıntılar ve bunalımlar yaşayabilir. Zaten yaşam bir kendine gelme, özünü bilme ve içine yolculuk sürecidir. Yaşam bir kendini adam etme sürecidir. Zaten yaşamı anlamlı kılan budur.

Bilinçaltımızdaki olumsuz kodlar biz büyüdükçe onlar da büyür. Fakat biz büyüdükçe ve yaşımız ilerledikçe mücadele direncimiz düşer. Bilinçaltımızdaki kod ise öyle değil, biz büyüdükçe o ahtapot gibi büyür ve bizi esir alır. Bu bakımdan;

Siz de;

Bu yaşam yolculuğunda sıkıntıya düşerseniz, bunalıma girerseniz, size sözüm şudur:

Kendinizi yalnız, kimsesiz ve sevgisiz hissediyor musunuz?

"Çok mutsuzum, ağlayamıyorum bile," diyor musunuz?

"İnancım kalmadı, bir amacım yok," diyor musunuz?

"Hiçbir şey yapmak istemiyorum,

Hayatımın en dibindeyim,

Sevdiklerim beni sevgisiz bıraktı,

Hayat yolumu kaybettim, bulamıyorum.

Yaşam pınarım kurudu, duramıyorum."

Diyor musunuz?

O halde kendinizi, en yakın ya da en uygun bir Psiko-Servise çekiniz.

Amaç,

Kendine gelmek,

Kendini bulmak

Muhterem ve mükerrem özüne ulaşmak.

Tüm bunlarla birlikte, Emel Sayın'ın "Sevgisiz Yaşayamam" şarkısına hak vermiyor da değilim. ☺

Kapitalizm ve Nihilizm Ortaklığı (Yaşamın Anlamı)

Bir bakıma Nihilist bir çağda yaşıyoruz. Zihinler anlamsızlık girdabında, kalpler ise sevgisiz. Yaşamın anlamı kaybolmuş, hayat keyif vermiyor. Tüm her şey bir illüzyon, tüm her şey bir yalan. Buna inanmayın. Nihilist yaklaşımlar içinizi karartır, kendinizi kötü hissettirir. Sonra gider anlamsız ve gereksiz alışveriş yaparsınız. Kurguyu anladınız mı?

Elon Musk "Yaşam bir simülasyondur" der. Bizim kültürümüzde "Yalan Dünya" kavramını modern dilde çok güzel ifade etmiştir. Bu, şu demektir;

Bu simülasyonda ya da bu yalan dünyada coşku dolu, sevgi dolu, iyilik dolu, güzellik dolu bir yaşamı deneyimlemek, yalan dünyayı ve simülasyonu anlamlı kılar. Anlamsızlık, sevgisizlikten kaynaklanır. Köklerinde sorun yoksa, göklerden sevgiyle beslen, eğer beslenemiyorsan olumsuz kök inançlarını revize et, göklerden yağan sevgi enerji sağanağından bol bol beslen. Bak bakalım o zaman bu yalan dünya, bu simülasyon nasıl da anlamlı hale geliyor.

Herkesin Bilemeyeceği Şeyler

Birisine iyilik yaparken bir bakıma taviz de vermiş olursunuz. Taviz verdiğiniz kişi için ise karizmanız ve çekiciliğiniz azalır. O kişi sonra gider kendisine hiç emek vermeyenlere yakınlık duyar. Hiç bedel ödemeyenlere ısınır. İşte bazen jest yapın ki kıymetiniz bilinsin. Arada sırada yaptığın iyilik kıymete binsin. Her zaman iyilik

yapma. Her zaman yaptığın iyilik sıradanlaşır ve vazifeye dönüşür. Yaptığınız vazife için de kimse size teşekkür etmez.

Çok fazla iyilik yaptığın kişi kendini sana sürekli olarak borçlu hisseder ve senin yanında rahat edemez. Çünkü kim borçlu olduğu kişinin yanında kendini iyi hisseder ki? O yüzden iyilik yapacağınız karakteri iyi seçin.

İnsan elde edemediklerinin delisi, ulaşabildiklerinin nankörüdür.

Egonuzu okşayacak işaretler aramaya ihtiyaç duymadığınızda "**olmak**" yolundasınız demektir. Yok, eğer henüz daha egonuzu okşayacak, kibir tellerinizi titretecek işaretler peşinde koşuyorsanız, sosyal medyada like'lar hayatınızın önemli bir parçası ise ve kişilerin karakterini takipçi miktarına göre derecelendiriyorsanız siz, yüksek rakımlı hazlara daha çok hasret kalacaksınız demektir.

Mutlu olduğunuzu gösterme çabası mutluluktan daha önemli ise sen hayata yanlış yerden bakıyorsun demektir. Çünkü mutlu olduğunuzu gösterme çabası ne kadar mutsuz olduğunuzu ispat ediyor demektir. Mutlu olan birisi mutluluk anını yaşar, onu gösterme çabası aklına bile gelmez.

İstediğiniz her şey var ama mutsuz musunuz? O halde ihtiyaçlarınızın hiçbirisi yok demektir. İhtiyaçlarımız, hep ücretsiz şeylerdir, biliyorsunuz.

İhtiyacınız olan her şeye ulaşabilirsiniz fakat muhtaç olduğunuz hiçbir şeyi elde edemezsiniz. Çünkü muhtaç olmak kendi içerisinde inanmamak hissini içerir. İçerisinde inanmamak olan bir istek gerçekleşmeyecektir. Çünkü Bilinçaltı Yasası gereği inandıklarınız gerçekleşir, inanmadıklarınız değil.

Her durum ve olay bize en az bir ders vermeye gelir. O dersi alamazsan o ders derde dönüşür. Eğer alamadığın dersler çoğalırsa, çoğalan dertler kedere dönüşür. Keder süreklilik arz ederse kadere dönüşür. Bu kederli kaderinin altında yatan senin ders alamıyor olmandır.

Yargıladığınız ve suçladığınız kişilerin içinde bulunduğu avantajlara erişemezsiniz. Yargıladığınız yapı ve kurumların avantajların-

dan yararlanamazsınız. Kendini layık görmediğin bir makama seni çağırıp da oraya müdür yapmazlar.

Başkasının gözüne girme çabası kendini kendi gönlünden çıkarttığın anlamına gelir. Senin gönlünden çıkan sen, bir başkasının gözüne de gönlüne de giremeyecektir. Ne yap et sev kendini.

Kendinize hangi anlam yüklerseniz kendinize öyle davranırsınız. Hatta kendinize öyle davrananı hayatınıza çekersiniz. Kendine iyi davran.

Okyanusu akvaryuma sığdıramazsınız. Okyanusu akvaryuma sığdırmaya çalışmak ne büyük bir gaflettir. İnsan okyanus gibidir, akvaryumu unutun. Ronaldo, marka bir futbolcudur, üçüncü lig takımına transfer edilemez. Ey insan kendini tanı, hayatı coşkuyla yaşa. Uçağı yapan usta uçağın uçmasını arzu etmiştir. Hakkını ver ve hayatı uçarak yaşa.

Ne kadar nitelikli olduğunu anlamak istiyorsan, yarıştığın kişilere bak.

İnanmayarak aradığınızda inanmadığınızı bulursunuz.

Hata arayan kendisi yetersizdir. Zaten hata aramasının nedeni de kendi yetersizliğini kapatma çabasıdır.

Bir kişi kendisi ile ilgili bir konuda başkalarını inandırmaya çalışıyorsa, kendisi inanmıyor demektir. Kişi, inandığı bir şeyi göze sokarcasına ispat etmeye çalışmaz. Kendini ispat çabası da tuzlu su içmek gibidir.

Kendini Bulmak

Kendini bulmak ne güzel değil mi?

Kendini yakalamak ne kadar heyecan verici değil mi?

Kendine yolculuk yapmak ne kadar kutsal değil mi?

Kendini kendinde bulmak, ne kadar kıymetli bir hazine değil mi?

Kendini kaybeden neyi bulsa anlamı yok, kendini bulan neyi kaybetse kıymeti yok.

Kendini bulan hazinenin başına oturmuş bolluk ve bereketle iç yolculuğun keyfini sürüyor.

Bu yolculuğu buraya getirdiğiniz için sizi içtenlikle kutluyorum.

Bu kitabı üç ay sonra, bir yıl sonra ve 2 yıl sonra yeniden okumanızı tavsiye ediyorum.

Ki, zihninizin derinliklerinde çadır kursun, ruhunuzun gözeneklerinde maya tutsun.

Çünkü şöyle bir çevrenize bakınız, düz mantık yaşam devam ediyor. Ve siz düz mantık yaşamın ne kadar yaşam dışı olduğunu, yaşamak olmadığını çoktan anlamış durumdasınız. Halen anlamayan varsa derim ki, düz mantığın düzlüğü sizi yanıltmasın. Çünkü bu bir illüzyondur.

Yolunuz açık olsun. Bu yolculukta sizlerle bir şekilde yollarımız tatmin edici ve sevgi dolu bir şekilde kesişecektir belki de.

Önemli Son Söz

Bu kitabın ne kadar etkili ve yaralı bir kitap olduğunu okudun, gördün ve anladın. Bu kadar önemli, değerli, seçkin ve pırlanta gibi bilgileri başkalarından sakınırsan ve kıskanırsan ve yayılmasını arzu etmezsen, yine bir kıtlık, yine bir yokluk, yine bir fakirlik ve yine bir yoksunluk hatta özgüven sorununu hâlen yaşadığını bilmeni isterim.

Bu kitaptaki bilgileri lütfen önce hayatına geçir. Sonra da bu kitabı sevdiklerine ve tanıdığın tüm insanlara anlat, duyur, hatta hediye et. Hepimiz sonsuz bir bollukta tatmin edici bir bereketle yaşıyoruz, yaşayabiliriz. Haydi, hep birlikte bolluk ve bereket içerisinde coşku dolu yaşamaya.

Selam ve sevgilerimle…

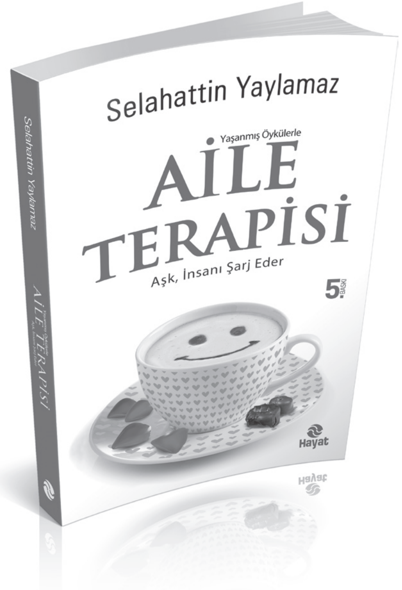
Selahattin YAYLAMAZ

20 Kasım 2018, Kadıköy, İstanbul

İletişim

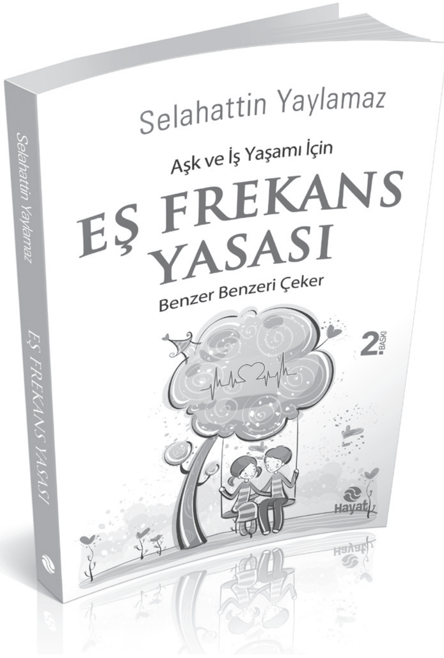
Tel : (0530) 116 56 24
Web : yaylamaz.com
Twitter : twitter.com/yaylamaz
lnstagram : instagram.com/selahattinyaylamaz
Facebook : facebook.com/selahattinyaylamaz
Mail : asistaniletisim@gmail.com

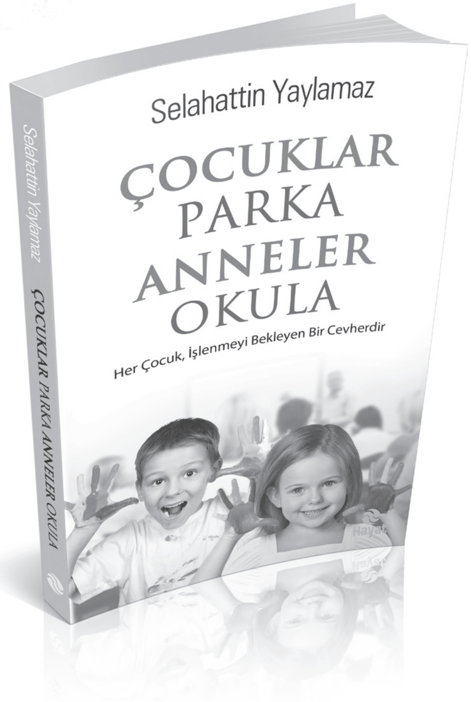

Selahattin Yaylamaz
OKUMA
ZEKÂSI
(RIQ)
17. BASKI
TOPLAM
53.000
ADET
Hayat
Selahattin Yaylamaz
Okuma Zekâsı


Selahattin Yaylamaz
Yaşanmış Öykülerle
AİLE
TERAPİSİ
Aşk, İnsanı Şarj Eder
5. BASKI
Hayat
Selahattin Yaylamaz
AİLE TERAPİSİ


Selahattin Yaylamaz
KADIN
MUTLUYSA
Herkes Mutludur
Kadınlar Gülsün,
Hayat Bayram Olsun...
Hayat
Selahattin Yaylamaz
KADIN MUTLUYSA


Selahattin Yaylamaz
Dişi Kadından Dişli Kadına
METALİK
KADINLAR
KADİFE
ERKEKLER
Erkek Adamdan İdeal Erkeğe
Hayat
Selahattin Yaylamaz
METALİK KADINLAR
KADİFE ERKEKLER


Selahattin Yaylamaz
Aşk ve İş Yaşamı İçin
EŞ FREKANS YASASI
Benzer Benzeri Çeker
2. BASKI
Hayat
Selahattin Yaylamaz
EŞ FREKANS YASASI


Selahattin Yaylamaz
ÇOCUKLAR PARKA ANNELER OKULA
Her Çocuk, İşlenmeyi Bekleyen Bir Cevherdir
Selahattin Yaylamaz
ÇOCUKLAR PARKA ANNELER OKULA